



# いなば

336-B 7R-1Z 鳥取いなばライオンズクラブ会報



2006 Vol.449

4月号

- 地区アクティビティ・スローガン  
「ともに築こう 輝く未来」
- 地区ガバナー・キーワード  
「挑戦 行動 前進 感動 広報」
- クラブ会長スローガン  
「奉仕を通じて心に豊かさを」

LIONS INTERNATIONAL TOTTORI *INABA* LIONS CLUB

HPアドレス <http://www.hal.ne.jp/inaba-lc> メールアドレス [inaba-lc@hal.ne.jp](mailto:inaba-lc@hal.ne.jp)

# 第4回 鳥取カップバスケットボール大会開催について



PR・会報編集副委員長 下田 哲也

鳥取県といえば鳥取砂丘に二十世紀梨に松葉ガニ…。そして、県都である鳥取市に高速道路がないというユニークな県。さらに全県 60 万人弱は、全国 47 都道府県の中でも最小…。その中で今大会で 4 回目の大会となる鳥取カップを開催しました。

バスケットボールの大会を通じて地域のスポーツ振興に貢献できたのかな…。

鳥取県はもともとスポーツの盛んな県ですが、残念ながらバスケットボールは全国レベルには届きません。そんな中、私と私の恩師である宇田川貴生先生（国際審判員）が「鳥取の子ども達に全国レベルのバスケットボール大会をさせることで感動と、世界への夢を与えたい！」と考えたのが、そもそもの始まり。幸いアテネオリンピックをはじめバスケットボールの「世界大会」で活躍する国際公認審判員が地元に住られたこともあり、県の教育委員会や高等学校体育連盟、さらには地元企業にも後援を依頼。連日、深夜にわたる運営準備や関係者との打ち合わせの末に、第 4 回目を向かえる鳥取カップバスケットボール大会の開催に漕ぎ着けました。大会には能代工業高校（秋田県）、北陸高校（福井県）、大濠高校（福岡県）といった国内高校バスケット界を代表する三校の他、鳥取選抜、Jr オールスターなど 11 チームが出場して熱戦を展開。そのプレーに眼を輝かせて拍手する子供たちの姿を目にしたとき、毎年大会当日

まで準備と運営を陰で支えてきた役員・スタッフの苦労は、一瞬にして吹き飛びました。「日本一小さな鳥取県でも全国レベルの大会が出来た」という達成感と自信が毎年地域での熱意を生んで、第 4 回大会も三日間の日程で行うことが出来ました。期間中、県内外から一万人を超える観客で連日コートは満員。ハイレベルの技術やスピードはもちろん、国際審判員・日本公認審判員（神奈川 A1 東京 A2 大阪 A2）がボランティアで試合を支えてくれたことも地元の小中高中生には大きな刺激になったようです。ただ、僕と恩師で飲みながら話していた夢から始まった「鳥取県から NBA を目指す子供たちを育てよう」という熱い願いが地域のスポーツ振興に役立てればと思います。



## 社会人出前授業



砂田 典男

平成 18 年 3 月 10 日（金）PM2：00～4：00 日進小学校に於いて、鳥取いなばライオンズクラブ理事粟嶋道和氏が講師となり 4 年生 2 クラス 43 名を対象に総合学習の授業が行われました。

当日は 2 月 19 日に行われた総合的学習実践発表会のお礼を兼ね安田第三副会長と共に同校を訪

れ授業を見学しました。

粟嶋理事の家庭では母親、本人、息子さんと日進小学校を卒業し現在、お孫さんが在学中です。

授業の内容は、粟嶋理事が小学校 4 年生当時の戦前、戦中の物資の無い時代に苦労しながら小学校に通い学問に励んだり、遊びの中でルールを身

につけてお互いを尊重し助け合う精神を育んできた事など、思い出を交えて話して頂きました。

二時間目は、粟嶋理事(袋川をはぐくむ会、会長)が力を入れている環境問題のひとつである、袋川の浄化に関して色々な例をわかりやすく話して頂きました。

当日はテレビ局と新聞社が取材に来ていました。

この様に、鳥取いなばライオンズクラブの会員が地域で活躍されている様子を紹介します。



## 美しい肌を保つために



PR・会報編集委員 西尾吉兵衛

委員長から原稿依頼をいただきました。貴重な誌面を使いますからには、役に立つ内容をいろいろかんがえましたが、手じかなのは、健康に役立つものが良いと考えました。戦前の職域奉公なる言葉を思い出しました。プロフェSSIONALが報

酬を度外視して国家や、社会に奉仕することの意でライオンズクラブの精神にも一脈通じるものがあります。そんな発想からの出発ですが、しばらくお付き合いをおねがいます。

美しくありたいと思うのは、古今東西老若男女

を問わず人間の悲願である—これは長らく、皮膚科医の集会や著書の劈頭にて繰り返して再確認された大切な、いわば信条のようなものでした。

もともと美しさと健やかさとは、表裏一体のもので、不健康な美など有るはずはないとの考えが、至極健康的な想いであると私は考えます。

弱々しい美しさ—といわれるものは、180度視点を変えた文学的詩情の世界にかつてありましたが、今回はこれには係わらないことにいたします。

皮膚の健康な美を保つ為に

本題に入る前に簡単な皮膚の構造を知っておきましょう。皮膚の1番の外側は表皮という、薄い組織で、外部環境の影響を最も受けやすい部分です。弾力性のみずみずしいつき立てもちのような細胞がセラミドという結合物質につながれて、幾重にも屋根かわらのように重なって奥の真皮組織を守っています。表皮には血管も神経もありませんから、健康なときは一定のリズムで外側が脱落し内側の組織が上がって新陳代謝を繰り返して清潔な美しいピチピチ肌を保っておるのであります。

表皮の下部の組織は真皮です。ここには血管神経がともに分布しており、汗腺や皮脂腺、毛包など皮膚特有の器官はもとより、免疫機能など受け持つ予想以上に大切な臓器です。

以上が皮膚構造の概略ですが、いずれにしても身体の一部ですから、体調に無縁で生きる訳には参りません。過度のストレスを避けた規則正しい生活や偏らない栄養、程よい運動など皮膚の健康に深い関係があることは言うまでもありません。

体調との深い関係の次に皮膚そのものの健康法をマスターしましょう。

スキンケアー 3か条

### 1 刺激から守る

物理化学的の刺激—この世の森羅万象あらゆるものが関わります。紫外線、風、水、土、気温、湿度、衣服、植物、家具、化粧品、スポーツ、職業上使用の器物等、色々なものが体質、体調、頻度とからみあって生理的限界を超えた刺激「強すぎる刺激」となって皮膚が反応して破綻を来たすこととなる。

### 2 最適な湿度の保持

皮膚は湿度が過ぎても、乾きすぎても破綻します。梅雨時にはむれによる病気、寒冷期には乾燥による障害を守る為に、前者には通風を、後者には

保湿が必要です。入浴直後、表皮には30%の水分が残留して、弾力のある若々しい肌になりますが、短時間の間に40%蒸発して、最終的には10%の水分を持ち出すと言われております。

寒冷期においての入浴後、皮膚の保湿は大変重要です。

### 3 皮膚を清潔に保つ

最も大切な事柄を最後に持って来ました。それには、多くの人が間違いをやっているからです。其の過ちとは、力をいれて皮膚をこすりこんで、汚れを取ることに専念している事に有ります。この行為は、(1)に違反し、ひいては(2)にも悪い結果をもたらす中高年に大切な皮脂を取ってしまう結果になります。ある実験結果によると、入浴のみで特に洗わなくても70%汚れは落ちるとなっております。タオルでこする行為が如何に有害無益かお判りでしょうか。大切な皮脂を残して汚れのみを洗い流すよい方法は？それがあるので。私が10余年実行している入浴法を披露します。参考になれば幸甚です。私は毎日入浴しますが、浴室にタオルを持ち込みません。洗剤を手の平の中でよく泡立たせます。手の平で全身をなでます。泡でよく滑りますから皮膚には傷が付きませんし快適です。背中の中あたり径10cm程の区域に手が届かない領域がありますが、気にかける事はない。70%以上綺麗になっているのですから。

最後に韓国人がやっております垢こすりの美容法を取り上げてみたいと思います。老化した表皮を掃除して若い組織に置換するのは望ましい事です。現にピーリングなる皮膚科で行う美容施術「顔のみ」がありますが急劇な刺戟による侵襲しかも全身施行となると効果より害を考えたくないのが私たちの常識です。術後の荒廃した表皮の嚴重なスキンケアと、今回の施術まで最小3週間の間隔をおけば、なんとかなるかなと思えますが何しろ見た事もない事柄の批評ですから、自信はありません。何方か経験者がおありならばお話しください。以上でスキンケアの大略を述べました。いつまでも、若々しい美しい肌を保ちましょう。



卒園します。明日は長女佑果（ゆか）が小学校を卒業します。4月にはスムーズに入学できるようです。

- ・田中宏明…今年もゴルフのシーズンが始まりました。今年もゴルフが出来る喜びに感謝してドネーションします。
- ・林 憲二…3月4日、5日の鳥取演劇集団の公演が無事終了しました。どうもありがとうございました。
- ・松本智賀男…伝統ある鳥取いなばライオンズ会員の皆様には大変お世話になりました。平成10

年1月に入会させていただき8年が経過いたしました。この間沢山の諸先輩にご指導を頂き感謝申し上げます。ありがとうございました。この度、私の勝手な退会の申し出により委員会を始め皆様に多大なご迷惑をかけ申し訳ありません。退会する身ではありますが、今後ますますの鳥取いなばライオンズクラブのご発展を心より祈念申し上げます。本来なら、例会へ出席し、お礼を申し上げるのが筋ではありますが、急な出張の為ご挨拶が出来なくなってしまいました。深くお詫び申し上げます。

## LIONS LIONS LIONS **行 事 報 告** LIONS LIONS

★3月2日 第909回例会 12:20～ 白兔会館  
(純出席率73.8% M後率94.0%)

<幹事報告>

- ・7R新会員研修会開催について  
日 時 2006年3月25日 (土)  
昼食12:00～13:00  
研修会13:00～15:00  
場 所 鳥取ワシントンホテルプラザ  
出席者 林 平岡 三沢 佐々木 石田 松原  
尾崎 竹本 細田

<委員会報告>

- ・出席大会…第52回地区年次大会本登録  
代議員 原田 山本孝 加納 田中敏 米村  
横山賢二 山根秋 以上7名  
一般参加 粟嶋 尾崎 下石 下田 砂田  
田中宏 田淵 永美 西山 仁保 富士原  
松本繁 村山 森下 森田勝 安田 矢野  
山本泰 以上18名  
ゴルフ参加者 加納 尾崎 下石 下田  
田中敏 田淵 仁保 森下 矢野 山本孝  
横山賢 米村 以上12名
- ・青少年指導…総合的な学習発表会開催報告  
日 時 2006年2月19日 (日) 13:00～16:00  
場 所 鳥取県民文化会館小ホール  
参加者 小学校4校 児童165名 先生10名  
L37名 LL2名
- ・社会福祉…「鳥取いなばライオンズクラブ 2006  
チャリティーランドゴルフ大会」開催と協賛

広告のお願いについて

日 時 2006年3月28日 (火) (小雨決行)  
予備4/4

- 場 所 鳥取ゴルフ倶楽部  
※プログラム協賛広告、協賛金の受付について
- ※次期所属委員会発表 ☆別紙
- ・次期正副委員長選出
- ・次期第1回準備理事・委員長会議開催依頼  
4月10日 (月) 18:30～  
鳥取ワシントンホテルプラザ

★3月9日 理事会 18:30～白兔会館

理事17名 委員長・メーキャップ各1名出席

★3月16日 第910回例会 12:20～ 白兔会館  
(純出席率59.5%)

※協議事項

- ・優待会員より正会員復帰申請について 承認

<幹事報告>理事会だよりと同じ

<委員会報告>

- ・計画…4月第一例会について  
日 時 2006年4月6日 (木)  
例会・姉妹提携調印式18:00～18:40  
懇親会18:40～20:30

場 所 鳥取ワシントンホテルプラザ  
登録料 3,500円

※出欠は3/31までに

- ・環境保全…朝の清掃奉仕について

日 時 4月2日 (日) 7:00～8:00 於. 袋川  
NHK前集合

- ・社会福祉…日 時 2006年3月28日(火) (小雨  
決行) 予備4/4 受付8:00~ 開会式9:10~  
競技10:00~ 閉会式14:30~  
場 所 鳥取ゴルフ倶楽部  
※プログラム協賛広告、協賛金の受付について

- ※次期正副委員長発表  
・次期第1回準備理事・委員長会議開催依頼  
4月10日(月) 18:30~  
鳥取ワシントンホテルプラザ



- ◎4月誕生祝…1日藤森 2日松本信 4日林由  
9日木下、森田紘 13日三谷 14日永美  
18日松本繁 26日林憲 28日田淵
- ◎4月結婚記念日ライオン…1日山本孝、梨原  
7日安田 10日山本俊彦、渡邊 13日田淵

- ◎同好会だより  
・4月のクラブゴルフは、4月23日(日) 砂丘  
9:00スタート

## 事務局だより

2005年度第9回理事会 平成18年3月9日(木)  
議題

- ①正会員復帰申請について  
不在会員である安岡さんより正会員復帰申請書  
が提出され7月より正会員とすることが承認。
- ②退会者について 承認
- ③郡山開成LCとの姉妹クラブ締結証と覚書につ  
いて 承認
- ④郡山開成LC会員来鳥日程と接待費用について  
日 時 2006年4月6日(木)~4月7日(金)  
予定人数 11名 別紙のとおり承認
- ⑤総合的な学習発表会決算報告 承認
- ⑥7R-1Z8LC合同アクティビティ(鳥取環境  
デー参加・協力)について  
「とっとり環境ネットワーク」主催で、6月10  
日(土)にイベントとして、小池環境大臣を招

## 理事会だよりー(3月)

いてシンポジウムや展示(於、鳥取県民文化会  
館)を開催、また「アイドリングストップ等地  
球温暖化防止推進呼びかけパレード」が実施さ  
れるので、8LCが協力して参加することがZC  
より提案されたことが会長より説明され承認と  
する。

- ⑦会費の集金について  
現在、鳥取信用金庫本店営業部より1名集金に  
来て頂いているが、4月より体制が変わるため、  
来られなくなるということで、次期については  
準備理事会にて検討することとし、4月~6月に  
ついては、できるだけ集金をおねがいます。

# マンスリーレポート集計表 (2月)

【7R】

所属	クラブ名	会員異動										金銭アクティビティ				労力 ACT	
		入会	退会	今月	前月	増減	物故		前期	女性	出席率	月計		累計		月計 件数	累計 件数
							月計	累計				件数	金額	件数	金額		
7R ライオネス	鳥取			45	45			1	49	3	80.0%	1	105,300	11	388,615		8
	鳥取いなば	2	1	84	83	1			81	5	88.0%	2	336,091	19	1,433,538	1	7
	気高		1	23	24	△1			22		67.0%	1	56,160	6	189,766		4
	鳥取中央		1	59	60	△1	1	1	58	4	85.0%	2	150,400	15	650,952		5
	鳥取久松		1	47	48	△1			49		79.0%			15	2,550,708		8
	岩美			11	11				11	1	89.0%			5	249,880		3
	鳥取千代			34	34			1	34	2	60.0%			6	93,844		3
	鳥取砂丘			49	49				49	3	68.0%			2	17,980		4
小計 (8クラブ)	2	4	352	354	△2	1	3	353	18	77.0%	6	647,951	79	5,575,283	1	42	
累計 (104クラブ)	23	19	4,049	4,045	4	3	29	4,077	255	79.1%	101	13,282,088	1,203	108,912,426	80	883	
ライオネス	岡山グリーン			23	23				23								2
	津山			14	14				16					1	50,000	1	8
	鳥取いなば			22	22				23								4
合計 (3クラブ)	0	0	59	59	0			62			0	0	1	50,000	3	20	



## 社会福祉協議会への贈呈について



事業委員長 三谷 信子

鳥取いなばライオネスクラブでは、毎年、社会福祉協議会へ社会福祉のためにお役に立てていた品物を贈呈しています。今年度も、予算10万円を計画していたので、これを事業委員会担当として実施することになりました。

2月9日さざんか会館に鳥取市社会福祉協議会木村肇会長を訪問し、ライオネスクラブの主旨をお伝えすることが出来ました。戦後、日本の国では、平和、福祉、教育に力を注ぎ、その内福祉では、子ども、医療、障害者、高齢者など社会的弱者への配慮が必要となっています。これらは国や地方の施策だけでは充分といえない面があり、多くの人たちのボランティア支援、経済的支援など善意の支援が求められています。

私たち鳥取いなばライオネスクラブも、少人数ながらも会員力を合わせ、アクティビティや支援に取り組んでいるところです。さて、社会福祉協議会より寄贈品の希望品目が下記のとおり寄せられました。

- 1. 紙すき木枠グループセット……1個
- 1. 食堂用テーブル………1個
- 1. ロビーチェア………1個
- 1. インクジェット複合機………1個

その理由には、  
① 17年度より知的障害者通所事業を開所し、一年経過しました。また、18年度より始まる自立支援法制度に向けて利用者に対してより充実した作業訓練を提供するため。

②利用者保護者より希望の多い行事活動中の写真を充分提供するため。  
とありました。

3月15日の午後、さわやか会館2Fにおいて、中井加代子会長と共に事業委員会の有志が出席し、鳥取市社会福祉協議会 木村会長様に目録の贈呈セレモニーを行いました。その後、訓練室内に備え付けられた寄贈の品々の使用説明を担当の方々に伺い、今後有意義に用いられることを願いつつ、さわやか会館を辞したことでした。



### 表紙写真説明

社会人出前授業で、粟嶋道和氏が講師となり、母校の日進小学校で在校生（4年生）に、戦時中の話をしているところ。

## 4 月 行 事 予 定

○クラブ標識整備月間		○
○地区大会		○
1	土	17 月
2	日	朝の清掃奉仕（袋川） 18 火
3	月	19 水
4	火	（鳥取中央 LC 例会） 20 木
5	水	（岩美 LC・気高 LC・鳥取砂丘 LC 例会） 21 金
6	木	第 911 回ナイト例会 22 土
7	金	23 日
8	土	24 月
9	日	25 火
10	月	第 1 回次期準備理事・委員長会議 26 水
11	火	（鳥取 LC 例会） 27 木
12	水	28 金
13	木	理事会 （鳥取久松 LC 例会） 29 土
14	金	第 256 回 LSC お花見例会（鳥取千代 LC 例会） 30 日
15	土	
16	日	第 52 回地区年次大会（倉敷市）

### 編集後記

3月11日～12日の両日、広島の地で『春の全国小学生ドッジボール選手権中国大会』が行われました。

鳥取県を含む各県から6チームずつ全30チームで予選リーグが行われ、鳥取県から1チームだけ上位12チームで行われる決勝トーナメントに進みましたが、残念ながら準優勝チームに2回戦で敗れ、全国大会出場はかないませんでした。私も審判員として参加しましたが、レベルの高さに感心しました。

それは試合内容もそうですが、審判レベルにおいても同じでした。昨年、B級審判員の試験を受けましたが、落第!!

今回の大会で審判することで大きな収穫があったと感じています。

来年度は必ず、B級審判員に合格するつもりですが、鳥取県のチームと審判員のレベルアップに尽力して行こうと心に誓った2日間でした。

PR・会報編集委員 梨原 剛

発行日 毎月第1木曜日  
鳥取いなばライオンズクラブ

事務局 鳥取市川端2丁目125 〒680-0036  
鳥取県不動産会館3F ☎22-6860  
メールアドレス inaba-lc@hal.ne.jp

例会日 毎月第1・第3木曜日 12時20分

例会場 鳥取市末広温泉町556番地  
☎23-1021 白兔会館

会長 山本 孝 夫  
鳥取市覚寺219-5  
☎29-0136

幹事 米村 廣 之  
鳥取市湖山町南3丁目368  
☎28-1518

編集 谷口 亮

責任者 鳥取市江崎町85  
☎22-5806