

荻田ロータリークラブ

Weekly Journal 15

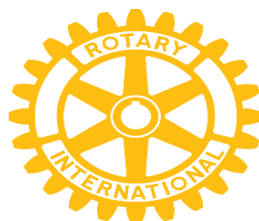
2019年11月28日週報第1783号



本日のプログラム<第2067回例会>

片岡会員卓話「食肉について」

Rotary



前田会長の時間

第 2065 回例会記録<2019 年 11 月 14 日>

会長：前田 穎子

今月は「ロータリー財団」です。

先月 10 月 29 日緒方貞子さんの訃報が伝えられました。享年 92 歳。国連高等弁務官として世界の紛争地帯で防弾チョッキ身につけ現地に赴き援助活動にあたったニュースは幾度となく報じられました。各メディアからの「難民保護や支援に力を尽くした」「現場主義を全うした」「人道主義者」「苦境の人々の命をつないだ」などと記事が飛びかいました。彼女は特別インタビューの中で「今解決しないと思われることでも、永遠に解決しないわけではありません、時間はかかるけれど努力を続けることで解決することもあるのです」と。

さて、ロータリーの目線にしますと緒方貞子さんは日本人女性で初めての財団奨学生です。



1951～1952 年に米国ジョージタウン大学に留学。社会奉仕の重要性を学んだだけでなくロータリアンの方々との交流を通じて見識を広め様々な経験をいたしました。

「超我の奉仕」というロータリーのモットーに深い感銘を受けて以来人生の指針となったと語っています。

1947 年に創設された、ロータリー財団国際親善奨学金は今日では民間団体が提供する海外奨学金としては世界最大とされています。ロータリー財団の寄付は今日の国際親善奨学生が明日の地域社会と国際社会のリーダーとして育っていくという信念を表しています。

名言集「文化宗教信念が異なろうと大切なのは苦しむ人々の命を救うこと。自分の国だけの平和はありえない。世界はつながっているのだから」。

幹事報告



・ 荻田 IAC の資金として古紙回収をしています。新聞紙、ダンボール、雑誌等がありましたら事務所の前の倉庫の中に入れてください。皆様のご協力をお願いします。

親睦活動委員会



12 月 19 日のクリスマス家族親睦会に向けて参加家族の為に 3000 円程度のプレゼントを集めますので 12 月 6 日までに包装して事務所の方に持ってきてください。一緒にくる家族の人数分お願いします。

卓 話

腰痛について

松本 聡会員

(身体の根本改善：こころ接骨院経営)



さて、みなさん「痛み」はどこからくるのでしょうか？
痛みは「血行」と大きく関係していて、血行が悪いと血がドロドロになり血栓もできて、ますます血が流れにくくなります。血が流れにくくなると酸素の供給が減り痛みや疲労の元となる物質が溜まり痛みが発生します。

では、**血流が悪くなる原因**は为什么呢？
ざばり、「**背骨や骨盤の歪み**」です。

「背骨や骨盤の歪み」は健康な身体を著しく損ないます。

木って根っこが歪んでいたり幹が曲がっていたら枝や葉っぱまで栄養がいきませんよね？
人の体でも木と同じことが起こります。



健康な身体はまず「正しい姿勢」を常に心がける事。
今日から「ゴールデンライン」を実践しましょう。

正しい姿勢って何だと思いませんか？

一般的に「正しい姿勢」「良い姿勢」とは耳たぶと外くるぶしを1本の線で結んだときにキレイな直線になる姿勢のことを言います。このキレイな直線は姿勢の「ゴールデンライン」と言われていてこれに近ければ近いほど体の不調が出づらいつまわれています。



腰痛にならない健康な身体を作るには・・・

1. インナーマッスルを鍛える
2. 猫背にしたり、足を組んだりせず
背骨や、骨盤が歪まないようにいつも正しい姿勢を心掛ける。
3. 悪い姿勢や癖などを直し悪しき生活習慣を改める。

それでもだめならお役に立ちます。

こころ接骨院

京都府苅田町神田町 3-14-10

Tel : 093-967-6401

ご静聴ありがとうございました。

weekly A lacarte

11/23 防犯標語看板設置中





ニコニコBOX

親睦活動委員会委員 一色 千恵子

- 松本 聡 本日、卓話をさせて頂きありがとうございました。
ニコニコもいつもありがとうございます！！
- 一色 千恵子 ロータリーに入ってからヒントを頂いて始めた「夢ニライブ」が11月16日にあります。
10回目を迎えることができるのが嬉しくてニコニコします。11月16日19:00～
お金と時間のある方、是非見に来て下さい。
- 原 公克 松本会員卓話ありがとうございました。
- 鈴木 公利 松本さん、卓話ためになりました。出張先のホテルのラウンジでウィスキーの山崎、
白州、知多の12年物をブレンドした限定品を味わい、とても美味しかったので思わずキープ
といった暴挙をしてしまいました。
- 杉坂 正徳 松本会員、体に役立つ貴重な卓話ありがとうございました。
- 壁屋 好恵 松本先生卓話ありがとうございます。
- 國永 修一 すみません、早退します。
- 井手口貞治 松本さん、卓話ありがとうございました！！



★★★KRC 11月例会予定★★★

日	内容		駐車場
12/5	クラブ協議会		○
12/12	地区ロータリーシップ研究報告会	鈴木会員	×
12/19	クリスマス家族会	Rホテル	—
12/22	チャリティ餅つき大会	エル菊田	—
1/9	新年会		—

★近隣クラブ例会変更等

行 橋 R C	12月10日→夜間例会 16時～箕島山ハイキング 12月17日→夜間例会クリスマス家族合同例会 12月24日→休会 12月31日→休会
行橋みやこRC	12月18日→夜間クリスマス家族例会 18:30～ 12月25日→休会
豊 前 R C	12月19日→会員卓話(しめ縄づくり)12:30～ 12月26日→歳末家族夜間例会 18:30～ (築上館)
豊前西RC	12月13日→14日移動例会 餅つき大会 児童館 12月27日→休会
田 川 R C	12月11日→年末家族会 18:30～ 12月25日→休会

★地区・第16ロータリアン参加行事予定

- ・11月28日(木) 菊田 IAC 例会
16時15分～
- ・12月12日(木) 第1G会長幹事会 曼松亭
※出席者はお忘れのないようにしましょう

★★★第2066回例会記録★★★

2019年11月23日(土) 移動例会 防犯抑止標語看板設置(表紙写真)

<2019～2020年度RI> 会長 : マーク・ダニエル・マローニー
 <第2700地区> ガバナー : 灘谷 和徳
 <菊田ロータリークラブ> 会長 : 前田 颯子
 幹事 : 原 公克
 SAA : 廣田 琢磨

会場設営 12/5 : 第2班 前田 R・官見 R・山口 R

<創立> 昭和51年6月28日
 <例会> 毎週木曜日12:30～ パンジープラザ TEL 093-434-3641
 <事務局> 菊田町京町2-3-1 TEL 093-434-1488 FAX 093-434-6543
 e-mail kanda-rc@f4.dion.ne.jp URL:www.kanda-rc.com

IT・週報委員会委員長 : 結城 吉絵 : 渡邊 剛、沓脱 壽、角崎 明美