



奉仕しよう みんなの  
人生を豊かにするために

2022年1月12日

第 2201回 例会

例会場：きらら



謹賀新年



2022

2021-22年度クラブテーマ

Simple is best! ~自分らしさでつなぐ友情と奉仕~

1月は「職業奉仕月間」です! 松田 伸一 職業奉仕委員長からのメッセージ

【ロータリーの目的は意義ある事業の基礎として、  
イデアル オブ サービス(サービスの理念)を奨励し、これを育むことにある】

会 長 米田 勉  
直前会長 初木 賢司  
会長IL外 橋 喜久夫  
副 会 長 白井 博巳  
幹 事 田中 商人  
会 計 柿丸 裕  
S. A. A 森岡 順一

新春祝賀例会プログラム

12:30 開会点鐘

- ・国歌斉唱
- ・ロータリーソング「奉仕の理想」
- ・お客様紹介
- ・お食事の時間
- ・会長年頭の挨拶
- ・各種記念品贈呈
- ・米山奨学金贈呈
- ・年男スピーチ
- ・ショートスピーチ
- ・幹事報告
- ・出席状況報告
- ・委員会報告
- ・その他 ニコニコBOX報告

13:30 閉会の点鐘

・本日の会合(敬称略)

<職業分類会員選考委員会>

11:00~ 例会場

北川、林、上山、高島、宮田、白井

<第7回定例理事会>

13:40~ 例会場

米田、初木、橋、白井、田中商人  
森岡、柿丸、山口尚志、小北、松田  
姫島、松吉、大橋、多田、堀之内  
秀島、栗津

第 2200 回

例会出席報告(12月22日)

総会員数	85名
出席者	50名
出席率	65.79%

12月22日 ゲスト 5名

ジャズシンガー 興梶由紀子様  
Dr. ストレッチ 木村様・江口様・井上様  
米山奨学生 黄 開運 様

今週の歌

「奉仕の理想」

奉仕の理想に集いし友よ  
御国に捧げん我等の業  
望むは世界の久遠の平和  
めぐる歯車いや輝きて  
永久に栄えよ  
我等のロータリー

本日の配布物

- ①1月12日週報
- ②ロータリーの友1月号

本日の回覧物

- ①ガバナー月信1月号

地区行事等出席予定敬称略

- ①地区補助金セミナー  
橋、白井、養老、姫島
- ②地区研修セミナー 松吉、川上



2021年12月22日

合 計	179,000-
累 計	¥826,000-

2333箱メッセージ(敬称略・順不同)

- \*岩本会員がハナー補佐決定ありがとうございました 米田 勉
- \*明けましておめでとうございます 本年もどうぞよろしくお願いいたします 山口尚志
- \*岩本先輩がハナー補佐決定おめでとうございます 朝川恵輔
- \*岩本先輩がハナー補佐決定おめでとうございます 内田智久
- \*SAA楽しい!例会1年間ありがとうございました 岩本先輩全力で応援します 柿丸 裕
- \*岩本先輩がハナー補佐決定おめでとうございます 川上和之

1月御祝

- ☆入会記念日祝 6名  
中野保博会員 養老孝雄会員  
長友克由会員 姫島大介会員  
堀之内将次会員 鳳山成志会員
- ☆お誕生日祝 7名  
山口伊太郎会員 宮田 明 会員  
中野保博会員 宮地康弘会員  
塔下博之会員 杉森久哉会員  
大橋智洋会員

- \*岩本会員がハナー補佐クラブ一同で応援しましょう 川島吉博
- \*祝2200回例会に 河本賢一
- \*長女が東京から大阪に戻ってくる喜びに木崎信也
- \*2200回記念例会に参加させて頂き有難うございました 高橋克文
- \*クリスマス! イブ×3 中島 一
- \*米田会長いつも会長の時間楽しい!時間をありがとうございます 林 宏毅
- \*2021年の最後の例会コロナ禍の中無事終わったことに感謝 日野守之
- \*古川さんご入会ありがとうございます おめでとうございます 秀島伸彦
- \*これからよろしくお願ひします 古川卓志
- \*例会オリエンテーションお世話になりました ありがとうございます 堀 恭介
- \*岩本先輩おめでとうございます 堀之内 将次
- \*Dr.ストレッチ様ありがとうございます 松吉富美彦
- \*新会員オリエンテーションを実施して頂き ありがとうございます 宮井 淳
- \*岩本先輩おめでとうございます頑張ってください 三好敦子
- \*本年はお疲れ様でした。そして岩本会員がハナー補佐おめでとうございます2022年もSAA頑張ります よろしくお願ひします 森岡順一
- \*1年間有難うございました 山本なをみ
- \*岩本先輩がハナー補佐おめでとうございます 養老孝雄

今後の予定

1月19日(水) 12:30~13:30 きらら

- 卓話 中野保博会員 柏本佳宏会員
- 第2回被選理事会



## 会長の時間



米田 勉 会長

皆様こんにちは。本日はきららでの年内最終例会、2200回記念例会でございます。本日のお客は、ドクターストレッチくずはモール店長の木村仁美様、江口様、井上様がお越し下さいました。後ほど「若々しく健康に歳をとる習慣に革命を起こす」について実演を交えて説明して頂きます。年末忙しくなりますので体のケアもしっかり行い、良い新年を迎えていただきたいと思っております。

さて、本日は皆様に大切なお報告があります。今月12月8日に開催しました第6回定例理事会の承認を得まして、2023-24年度国際ロータリー第2660地区IM3組ガバナー補佐候補にくずはRCより岩本昌治会員を推薦致しました。その後、地区のガバナー補佐選考委員会、3組全クラブの会長様全員一致の承認を受け、2023-24年度3組ガバナー補佐に岩本会員が決定しました。

ガバナー補佐というのはクラブと地区・ガバナーの橋渡し「つなぐ」役目を担い、当地区では6つに区分された各組から其々選出されます。23-24年度のガバナー補佐については本来なら10月に決定しているところですが、当クラブが所属している3組だけ11月初めになってもまだ決まっていませんでした。昨年も選考が難航したため輪番制を導入し、ガバナー補佐輩出クラブの順番を決めていましたが、今回も当番クラブが諸事情の理由で辞退されたため、直前・本年度・次年度のガバナー補佐から「くずはさんなんとかお願いできませんか」と懇願されました。

ガバナー補佐推薦には、通常であれば指名委員会を立ち上げ、順序を踏んで理事会決定しますが、今回は時間がなかったために、ガバナー補佐有資格の会長経験者に急遽集まっていただき、状況を説明。2回の会議を重ね様々な意見があった中、みんなが困っているならと岩本会員が受けて下さいました。我がクラブにとって、また3組にとっても非常にありがたい事です。男気のある決断をしてくださった岩本会員には心から深く敬意を表します。本当にありがとうございます。今後はクラブを挙げて、全力で岩本会員をサポートしていきたいと考えております。皆様にお力添えをお願い致しまして、会長の時間を終わります。

### 【外部卓話】

「若々しく健康に歳をとる習慣に革命を起こす」

Dr.ストレッチ 木村仁美 様

コリや疲労は筋肉が固くなった状態です。長時間同じ姿勢や運動不足が続くと筋肉は縮んで固くなり、コリや疲労はもちろん血管や神経を圧迫、血行不良・痛みを引き起こします。現代人の生活はコリや疲労が発生しやすい環境なので、「伸ばす行為＝ストレッチ」というメンテナンスで筋肉をケアすることは必要不可欠です。

筋肉には浅い層の筋肉「表層筋」、深い層の筋肉「深層筋」があり、コリや疲労は表層筋深層筋どちらにも蓄積されます。疲れが取れない、コリがほぐれない、ほぐれてもすぐ元通り…という方は深層筋が不快な原因になっています。しかし、深層筋は骨格を支える重要な筋肉で直接触れることができません。深層の筋肉を緩めるためには関節を動かすことが必須です。関節を動かし縮んだ筋肉を伸ばせる唯一の方法が「ストレッチ」です。



Dr.ストレッチくずは店(左から) トレーナー江口様 店長木村様 トレーナー井上様

### 23-24年度 IM3組ガバナー補佐決定！



岩本昌治ガバナー補佐ノミネーよりご挨拶

### <ご入会おめでとうございます！>



- \*氏名 古川卓志 新会員
- \*年齢 46歳
- \*職業分類 保険代理業
- \*事業所 あいる保険コンサルティング  
取締役社長

### Surprise Christmas Gift !



興梧様の素敵な歌声で一足先にクリスマス気分味わうことができました

ジャズシンガー興梧由紀子様



奉仕しよう みんなの人生を豊かにするために

発行 KUZUHA ROTARY CLUB 国際ロータリー第2660地区

創立:1974年5月30日 承認:1974年6月25日  
クラブ名称変更承認:2005年6月6日

会長 米田 勉  
広報公共イメージ委員長 高橋 克文

〒573-1121  
枚方市楠葉花園町14-2(楠葉パブリックゴルフコース3F)  
TEL:072-804-9037 FAX:072-804-9038  
Email:info@kuzuha-rc.jp URL:http://www.kuzuha-rc.jp/