



YAMATO-NAKA ROTARY CLUB

1938号

会長	鈴木洋子	会長エレクト	辻 彰彦	事務所	大和市大和南2丁目1番1号
副会長	岸 幸博	幹 事	石川達男		大和中央ビル 301
会報委員会	新村千成		藤塚勝明		TEL 046-262-1717 FAX 046-262-1818
	板垣克浩		梅田秀雄		E-mail : naka-office@ynrc.jp
例会場	きらぼし銀行 大和支店 4F (毎週木曜日)				URL : http://www.ynrc.jp

国際ロータリーテーマ

ROTARY : BE THE INSPIRATION

「インスピレーションになろう」

RI会長 バリー・ラシン

大和中ロータリークラブ会長ターゲット

「未来への足がかりを創ろう」

【本日のプログラム】 1月31日 卓話「働き方改革タイムマネジメントを使って長期労働力の改善」
 【次回予告】 2月7日 卓話「会員維持拡大について皆で考える」 会員増強・会員維持委員会

【第1932例会】 平成31年1月24日(木) 【司会SAA】 石川 健次 君
 【斉唱】 「奉仕の理想」 【ソングリーダー】 入江 公敏 君
 【ゲスト】 粕山 隆裕 様、ファン レ グェン 君

年始挨拶 鈴木 洋子 会長

中学2年生の6月に母が亡くなり、2ヶ月後父の転勤で札幌に行きました。中学3年生の修学旅行先での夜の事です。いろいろあって旅館の階段で一人泣いていた時、私を探しに同じクラス的女子が隣に来てくれて、一緒に泣いてくれました。何故、彼女と一緒に泣いてくれたのか、その時はよくわかりませんでした。後で同じ東京出身だったからなのかと思いましたが、数ヶ月後、東京に戻った時に、叔母にその時の話をする機会があり、何で泣いてくれたのかわからないと話したところ、叔母は「優しい子だね」とその一言でした。何を語るでもなく、ただ階段に座って、一緒に泣いてくれたクラスメートの事は、いまだに忘れません。時として人は誰かがそばにいてくれるだけで、良い事もあるのだと、何十年か経て理解した次第です。

本日の歌は「犬のおまわりさん」でした。この歌を聴くと、先程の出来事が思い起こされます。

今月は「職業奉仕月間」です。1月初めの例会では「船頭さん」、本日は「犬のおまわりさん」と職業の名のついた曲にしました。

職業奉仕は、1908年にシカゴRCに入会した、アーサー・フレデリック・シェルドンが提唱したと言われてます。当時のシカゴRCは、親睦・互惠派のハリー・ラグルスと、奉仕・拡大派のポール・ハリスが対立し

ていたようです。ハリー・ラグルスは自派の勢力を伸ばすために、アーサー・シェルドンとチェスレー・ペリーをシカゴRCに入会させましたが、二人はラグルスと袂を分かち、ポールの両腕となって活躍したそうです。

ロータリーソングの話を年頭にしましたが、1905年に発足したシカゴRCも、2年目頃には意見の食い違いが出て、クラブ内が割れ、出席率も低下するという事態を、毎週ハリー・ラグルスの指揮で歌うようになり、そして解散の危機を脱したそうです。その後もいろいろあったようです。

シェルドンの奉仕理想の表明は、1910年シカゴ大会(第1回全米ロータリークラブ年次大会)で行われました。スピーチの趣旨の一つに、「正しい経営学とは他人に利益をもたらすこと」。1921年にエジンバラ大会では、「ロータリー哲学」と称する演説を行い、その1つに職業は利益を得るための手段ではなく、社会に奉仕するために存在する等。

職業奉仕・社会奉仕どこが違うのか等、歴史を振り返ると、私自身矛盾を感じる事が多々ありますが、「4つのテスト」に答えが凝縮されていると思います。根本には人としての優しさを持つではないでしょうか。

本日の卓話粕山様による「日常で行える簡単な健康運動」です。自身が健康でなければ、人に対しての優しさも生まれません。生涯現役でいられるよう、卓話を楽しみにしております。

会員数	出席者	出席率	前々回修正	出席免除	欠席者 11名(敬称略)
34名	19名	77.42%	63.33%	4名	藤塚、原嶋、橋本(吉)、池澤、石田、石川(達)、苗加、小倉、竹野、富澤、梅田

本日の歌（童謡）

「犬のおまわりさん」



幹事報告 北砂明彦直前幹事

- ①2/10(日) 第6G IMが開催されます。参加よろしくお願ひ致します。
- ②2/17(日) 米山奨学生修了式・歓送会が行われます。
- ③ガバナー月信への寄稿を、公共イメージ委員会の竹野会員にお願いしました。ありがとうございました。

【会長・幹事会報告】

- ①地域貢献事業の発表に大和中RCが決定しました。発表時間は10分、質疑応答10分です。
- ②IM懇親会でじゃんけん大会をします。商品代金3000円です。商品の選定のご協力をお願いします。

委員会報告

・親睦活動委員会 入江 公敏 委員長
 会員誕生日 富澤 克司 君 1月28日
 川名 惠美子 君 1月28日
 配偶者誕生日 橋本 誠子 夫人 1月24日

卓話

日常で行える簡単な健康運動・ストレッチで生涯現役を！

神奈川県立厚木北高等学校 総括教諭
横浜国立大学 スポーツアカデミー理事

羽山隆裕

出会い 小栗達也先生

- ストレッチ体操と動きづくり
- ブロッキングウォーク（弾む歩行法）
- 慈愛にみちた行動力
- 教育、競技力向上、ジュニアの育成、健康体操教室

身体の面

- *地球には重力がある
 重要な4本柱
- 背筋を伸ばす
 - 肩を下げる
 - 足裏のローリング
 - 腹筋・背筋の運動性

自然な動作とストレッチを日常生活に！

- 経絡ストレッチと動きづくり
 経穴
- ・ 郄門（心包経）
 - ・ 頭維（胃経）
 - ・ 合谷（大腸経）
 - ・ 耳目（胆経）



羽山先生、貴重なお話ありがとうございました。

スマイルボックス 辻 彰彦 委員長

本日 ¥11,000 累計 ¥409,682

鈴木 洋子 会長・北砂 明彦 直前幹事

羽山隆裕先生。本日はお忙しい中お越しいただき誠にありがとうございます。健康寿命を延ばす意味でも、本日の卓話楽しみにしておりました。宜しくお願ひ致します。

鈴木 洋子 君

川名さん、お誕生日おめでとうございます。年を取って益々魅力的になられ、うらやましい限りです。秘訣を教えてください。

石川 健次 君

川名さん、お誕生日おめでとうございます。いつも皆さんのお祝いをありがとうございます。卓話者の羽山様、貴重な本をご提供くださり、ありがとうございます。

小柳 智裕 君

いつもお若く素敵な川名さん、お誕生日おめでとうございます。

高橋 政勝 君

川名さんお誕生日おめでとう。

北砂 明彦 君

川名惠美子さん、お誕生日おめでとうございます。

新村 千成 君

今年初めて出席させて頂きました。本年度も宜しくお願ひ致します。

橋本 日吉 君

①板垣会員のご紹介にて、本日の卓話者羽山先生がいらっしゃって頂きました。本日の卓話、楽しみにしております。

②一昨日、綺麗な花束が届きました。妻の67回目の誕生日のプレゼントありがとうございます。大変喜んでくれました。

川名 惠美子 君

富澤克司様、お誕生日おめでとうございます。そして、私川名誕生日をお祝いいただき、ありがとうございます。