



川崎大師ロータリークラブ 週報

例会日：毎週水曜日 PM12:30～
 例会場：大本山川崎大師平間寺信徒会館
 事務局：〒210-0812 神奈川県川崎市川崎区東門前1-15-10 カーサ石井1F
 Tel.044-277-7569 Fax.044-288-8550
 URL <http://www.kawasakidaishi-rc.com/> E-mail:daisi-rc@eagle.ocn.ne.jp

会長 細谷 重徳
 副会長 伊藤 善通
 幹事 横山 俊夫
 SAA 山村 友弘
 岩井 茂次

第1794回（本年度 第22回）例会 平成21年12月9日 一晴一

- 司会 岩井 茂次 SAA
- 点鐘 細谷 重徳会長
- 斉唱 手に手つないで

卓話者ご紹介 細谷 重徳会長

おじさま改造講座 「肉体編」
 名木山 真希様

来訪ロータリアンのご紹介 水口 衛会員

川崎RC 小林 洋武様
 川崎マリーンRC 福島 安行様

会長報告 細谷 重徳会長

- ・2010～2011年度地区委員長からの依頼
 職業奉仕委員長 鈴木 幹久会員
 ロータリー平和フェロー委員長 大藪 善一会員
- ・田島養護学校作品展バザーお祝い金 10,000円寄付
- ・35周年ネパール事業 再開（大藪年度で決着）
- ・ゆずりは園のお祝いに対するお礼の手紙が届きました。
- ・R財団ポリオ撲滅1000ドル寄付クラブに対する感謝状が届きました。
- ・R財団年次寄付額一人100ドル以上達成に対する感謝状が届きました。
- ・家族会12/22 良い所なので是非ご都合をつけて参加して下さい。
- ・1/13（水）4クラブ合同賀詞交歓会
 （当クラブが幹事担当）



幹事報告

山村 友弘幹事

【回覧】

- ・日本ロータリーより親睦ゴルフ大会の案内
 申し込み希望者は記入または事務局まで
- ・財団法人麻薬・覚せい剤乱用防止センターより冊子
- ・お大師様 新年お護摩 申し込み（来週締切）
- ・新年4クラブ合同例会（本日締切）
- ・お大師様節分祭2/3（水）クラブ例会場使用できませんのでサンピアン（旧労働会館）に変更します。食事の用意の関係で人数を確認したいので出欠の記入をお願いします。
- ・他クラブ例会変更

出席報告

小林 勇次出席委員長

	会員数	対象者	出席	欠席	出席率
1794回	74	66	48	18	72.72%
1792回	74	63	38	25	60.31%
前々回の修正	メイクアップ 13名		修正出席率		80.95%

メイクアップ：

長島会員、宮山会員、野沢会員、嶋崎会員、細谷会長、竹田会員、石渡(利)会員、村石会員、布野会員、白石会員、石渡(勝)会員、関会員、秦会員

11月出席順位

- 250% 山村会員
- 225% 須山会員
- 200% 野沢会員、中村会員、細谷会長、横山会員
- 175% 安藤会員、石川会員、渡辺会員、武者会員、牛山会員、長倉会員
- 150% 船山会員、鈴木(幹)会員、伊藤(善)会員、増田会員、矢野会員、仲川会員、岩井会員、水口会員、数見会員
- 125% 遠藤会員、松井会員、炭谷会員、竹田会員、鈴木(昇)会員、伊藤(佳)会員、石渡(勝)会員

11月ホームクラブ 100%出席

船山会員、遠藤会員、鈴木(幹)会員、安藤会員、
松井会員、炭谷会員、伊藤(善)会員、増田会員、
横山会員、石川会員、渡辺会員、山村会員、矢野会員、
仲川会員、岩井会員、鈴木(昇)会員、伊藤(佳)会員、
神田会員、武者会員、水口会員、須山会員、牛山会員、
長倉会員、数見会員、眞鍋会員、浜本会員

スマイルレポート (ニコニコボックス)

伊藤 善通副会長

小林 洋武様 (川崎RC)

お世話になります。よろしくお願い致します。

福島 安行様 (川崎マリーンRC)

本日はお世話になります。

島岡 榮基会員

先週のクラブ総会、前の予定が長引いて出席出来ず申し訳ありませんでした。伊藤さんクラブをよろしくお願い致します。

宮山 光男会員

2日、白石さん、水口さん有難うございました。

松井 昭三会員

今年は暖冬との予想ですが、寒くなりました。師走を最後まで頑張りましょう。

石川 庸会員

草野球同好会の皆様、当日は行けなくて(首が回らない為)済みませんでした。白石敗戦投手・水口勝利投手お疲れ様でした。水口投手に於かれましては完全試合達成おめでとうございます!!

竹田 正和会員

①小林さんに背広をほめられましたので。

②いくら井に感激!!

伊藤 佳子会員

家族会に出席出来ず申し訳ございません。家業に専念します。

中山 周二会員

妻の誕生祝い花のプレゼント有難うございました。

細谷 重徳会長

澤口さん先日は精力つく自然薯ありがとう。お陰様で風邪が完治しました。皆さん今年も残り少なくなり飲み過ぎにご注意を!!

山村 友弘会員

神田さん、岩井さん、水口さん、村石さん先日の家族会打合せお疲れ様でした。神田さんご馳走様でした。

本日のニコニコのテーマ

名木山様、本日の卓話宜しくお願い致します。

水口 衛会員、炭谷 博功会員、仲川 文則会員、
白石 浩司会員、増田 昌美会員、伊藤 善通会員、
後迫 太会員、弦巻 敏夫会員、関 勝廣会員、
石渡 勝朗会員、岩井 茂次会員、坂東 保則会員、
矢野清久会員、数見 勝彦会員、眞鍋 勝宏会員

合計61,000円

委員会報告



ロータリー情報委員会

野沢 隆幸委員長

RIで年4回(7月、10月、1月、4月)ロータリーワールドという会報を発行しております。RIで決まったことやいろいろ情報が満載されております。10月号の会報5ページにロータリー情報委員会から会員増強の標語で会員の責任を強調、RIの理事会は6月の会合で「一人一人が実践しよう、会員の推薦と維持を」会員増強の新しい標語として採択しましたと書かれておりますのでこれを会報に掲載させて戴きました。

新世代育成委員会

須山 文夫委員長

第40回ローターアクト地区年次大会が来年1/17横浜聖光学院中学校で行われます。ご興味のある方は須山迄お申し出をお願いします。

社会奉仕委員会

矢野 清久委員長

1/4(月) 献血活動 京急川崎大師駅前で行います。

時間 10時~11時

11時~12時

12時~13時(昼休み)

13時~14時

3時間ロータリーが献血の協力を致します。一人でも多くの皆様にご出席をお願いしたいと思います。回覧致しますので1時間で結構ですので来られる時間帯に〇をつけて頂きたいと思います。ご協力を宜しくお願いします。

年忘れ家族会委員会

水口 衛委員長

先日、神田委員長、山村幹事とホテルに行ってきました。いくつか皆さんのお力を頂かないとできないことがありますので12/16（水）の例会後に親睦委員会の皆さんもしくはお手伝いを頂ける方に、当日の打ち合わせをしたいと思ひます。ご協力頂ける方はご出席をお願いします。参加の確認がまだの方がいらっしゃいますので今週中に事務局迄ご連絡をお願いします。又、当日ホテルに宿泊される方は事務局か私までご連絡いただければ予約をしておきます。

会員増強委員会

石渡 勝朗委員長

増強、出席、フォローアップの3合同委員会を1時45分から2時半の予定で開きたいと思ひます。クラブをよりよく発展するための情報交換、建設的なご意見、お知恵をお借りしたいと思ひますので奮ってご出席をいただきたいと思ひます。

卓話者のご紹介

長倉 連治委員長

名木山 真希（なぎやま まき）様

真希先生との御縁は鍼・灸マッサージを月に何回か受けています。通うようになって体がリラクセスし、心もリラクセスして人前で怒らなくなった。体の緊張が心にも緊張を与えるというのをすごく感じました。体が固まっていたらマッサージや鍼灸を体感して頂けると多分いいと思ひます。皆さんストレスやお仕事で体は固まっていると思ひます。今日お話を聞いて頂いて体をリラクセスさせる機会になればいいと思ひます。宜しくお願ひします。先生はラゾーナ（5F）の中にあるコナミスポーツクラブ川崎治療院に勤務されています。

卓話

名木山 真希様

『おじさま改造講座（肉体編）』～鍼灸あん摩マッサージ指圧と運動～



鍼灸

- ・鍼には種類があり、長ささと太さを打つ場所や用途によって使い分けます。
- ・鍼は、みなさんが元々お持ちになっている治癒力を引き出す効果があります。
- ・鍼の資格は、その国家試験を合格する事で、初めて厚生労働大臣からの免許が与えられ治療を行う事が出来ます。
- ・鍼は、体の抵抗力を上げる事が現在科学的に証明されています。
- ・鍼の対象年齢はヤ赤ちゃんから年配者までです。
- ・鍼は痛くないと効かない、灸は熱くないと効かないということはありません。
- ・鍼の感じやすい…女性、少年、虚弱、神経質、栄養不足、精神労働者、鍼の未経験者、頭、顔、手足の先
- ・鍼の感じにくい…男性、青年、健康体、脂肪質、肉体労働者、鍼の経験者、腰臀部、背中

マッサージ

- ・あん摩・マ：ンサージ・指圧は、国家資格です。
- ・あん摩と指圧は衣服の上から心臓に近い方から末端へ治療しますが、マッサージはオイルやパウダーを皮膚に直接つけて行い末端から心臓へ向かって治療します。
- ・指圧は一点圧を軸に運動操作をしますが、あん摩は曲手と運動という手技を使います。
- ・あん摩マッサージ指圧は、強く行うのが良いというわけではありません。

運動

- ・まずは足腰を鍛えることが大切です。
- ・骨の再生力などと違い年齢を重ねても筋肉は必ずつきます。
- ・たくさんの量を一度にはやらず、こまめに少しずつ運動しましょう、
- ・運動後は、軽い運動やストレッチをして、ゆっくりと湯船に浸かり循環をよくして乳酸を早く筋肉から排出しましょう。
- ・運動の量が多く筋肉が熱を持ち続けているようでしたら、アイシングして下さい。

卓話の御礼

細谷 重徳会長

有難うございました。健康には一番注意しましょう。

日時：平成21年12月22日（水）は移動例会です。

年忘れ家族会

ホテルインターコンチネンタル東京ベイ

（浜松町）



水口 衛／武者恵吾／増田昌美／岡 真治

11月度 出席報告

氏名	例会数	ホーム クラブ	メ ア ッ プ	出席 率	ホーム クラブ 100%	備考	氏名	例会数	ホーム クラブ	メ ア ッ プ	出席 率	ホーム クラブ 100%	備考
寺尾 巖	4	3	1	100		免除	伊藤 佳子	4	4	1	125	○	
布川 二三夫	4	2	0	免2回		免除	神田 正彦	4	4	0	100	○	
久保 栄弘	4	1	0	免3回		免除	中山 周二	4	1	0	25		
田中 達治	4	2	1	免1回		免除	武者 恵吾	4	4	3	175	○	
長島 亨	4	3	1	100			石渡 勝朗	4	3	2	125		
船山 昭三	4	4	2	150	○		水口 衛	4	4	2	150	○	
島岡 栄基	4	2	2	100			須山 文夫	4	4	5	225	○	
鴨野 哲哉	4	2	0	免2回		免除	関 勝廣	4	3	1	100		
遠藤 悦弘	4	4	1	125	○		川又 竜志郎	4	1	0	25		
鈴木 幹久	4	4	2	150	○		秦 琢二	4	2	2	100		
宮山 光男	4	2	1	75			小林 勇次	4	3	1	100		
野沢 隆幸	4	3	5	200			牛山 裕子	4	4	3	175	○	
林 鶴	4	2	2	100			長倉 連治	4	4	3	175	○	
安藤 賢一	4	4	3	175	○		澤口 みよ子	4	2	1	75		
松井 昭三	4	4	1	125	○		三浦 政寿	4	3	0	75		
小泉 敏和	4	1	1	50			尾崎 昭元	4	1	1	50		
荒金 眞弘	4	1	0	25			莊司 高俊	4	1	0	25		
嶋崎 嘉夫	4	1	1	50			鳥取 勝美	4	1	0	25		
炭谷 博功	4	4	1	125	○		坂東 保則	4	2	1	75		
中村 眞治	4	3	5	200			須釜 賢治	4	1	1	免2回		免除
後迫 太	4	3	0	75			大谷 一彦	4	2	0	50		
細谷 重徳	4	3	5	200			関谷 育男	4	1	0	免3回		免除
竹中 裕彦	4	3	1	100			弦巻 敏夫	4	2	0	50		
伊藤 善通	4	4	2	150	○		数見 勝彦	4	4	2	150	○	
須藤 宏	4	1	0	25			岩田 一弘	4	3	0	75		
久保 博和	4	1	0	25			眞鍋 勝宏	3	3	1		○	
増田 昌美	4	4	2	150	○		浜本 数美	3	3	0		○	
倉成 保巳	4	1	1	免2回		免除							
大藪 善一	4	3	1	100	○								
石渡 茂	4	1	0	免3回		免除							
磯田 稔	4	2	1	75									
竹田 正和	4	3	2	125									
横山 俊夫	4	4	4	200	○								
石渡 利治	4	3	1	100									
村石 庄作	4	1	1	50									
石川 庸	4	4	3	175	○								
渡辺 富士夫	4	4	3	175	○								
布野 眞治	4	2	1	75									
山村 友弘	4	4	6	250	○								
清水 宏明	4	3	1	100									
白石 浩司	4	1	2	75									
岡 眞治	4	1	0	免3回		免除							
矢野 清久	4	4	2	150	○								
仲川 文則	4	4	2	150	○								
岩井 茂次	4	4	2	150	○								
岩崎 寛	4	3	1	100									
鈴木 昇二	4	4	1	125	○								