

2017～2018年度RIテーマ：『ロータリー：変化をもたらす』

ガバナー方針：『今日からのロータリーを楽しもう』

クラブ方針：『輝くロータリー活動の実践』



ロータリー
変化をもたらす



空太くん

名古屋空港ロータリークラブ

事務局
名古屋市中村区名駅4-3-10 東海ビル606号室
TEL(052)561-2405 FAX(052)571-2867
E-mail rongoapt@mta.biglobe.ne.jp
会長/ 稲吉 将秀
幹事/ 松本 雅人
公共イメージ向上委員長/ 安江 寛二
例会日/毎週月曜日 12:30～13:30
例会場/キャッスルプラザ



第1971回例会

2018年4月16日(月) 第32回

- 点 鐘 会長 稲吉 将秀君
- 斉 唱 「それこそロータリー」「花」
- 例会行事 地区研修協議会報告
- 司 会 原田 好展副委員長

会長挨拶

名古屋空港ロータリークラブ会長 稲吉 将秀君



母子の健康月間に際しまして本日は健康維持方法について少し話をさせていただきます。

日本人の平均寿命は、女性が86.83歳で世界一、男性が80.50歳で世界第三位、

(厚生労働省平成27年7月30日発表)と、ますます延びています。一方、健康寿命(健康上の問題で日常生活が制限されることなく生活できる期間)は、女性が74.21歳、男性が71.19歳(厚生労働省平成26年10月1日発表)となっており、平均寿命との差は、女性で約13年、男性で約9年です。つまり、介護を受けたり寝たきりになったりする期間が女性で13年、男性で9年もあるという事です。いつまでも人の世話にならずに、健康で長生きしたいのは誰しも思うことで、最近はこの健康寿命をいかに延ばすかということに関心が集まっています。その為が一番手軽に無理なく続けられるのは、歩くことです。さて、皆さんは100歳まで天寿を全うする「長生き父さん」になりたいですか？それ

とも、60歳で愛する家族とお別れする「早死に父さん」になりたいですか？当然多くの方は「健康で長生きする父さん」ですね。それを決める大きな要因は「歩いているか」「歩いていないか」の差であると言われます。そもそも生活習慣病といわれる肥満、高血圧症、高脂血症、糖尿病の四つは、いずれも食生活と運動不足が原因で起きる病気だと言われます。薬を飲んで一時的に症状を抑えられたとしても、完治することはできません。根本的に生活習慣を見直し、その原因を見つけて食事療法、運動療法などをする事で、ようやく治す事ができます。人間の体の筋肉は、およそ70%が足の筋肉です。歩くだけで大きなエネルギーが消費され、溜まっている脂肪も分解されます。しかも「第二の心臓」と言われている「ふくらはぎ」を動かす事で血流を上げる事ができます。厚生労働省が健康のために推奨しているスローガンに「毎日1万歩歩こう」というものがありますが、運動経験のない方がいきなり1万歩も歩くのは危険であるとも言われます。怪我や病気の危険さえあると言われます。ではどの位歩いたら良いのか「3000歩、正しい姿勢で規則正しく、歩く」という事です。ウォーキングは「歩く量」や「歩く時間」ではなく「正しい歩き方」で歩くことが大切です。それは3つに集約されます。①正しい姿勢で立つ。(横から見たとき耳、肩、くるぶしの3つが一直線になっている事)②正しい歩き方。(ヒジを引いて肩甲骨を引き寄せる。)③正しい進み方。(かかとから着地して、頭、肩甲骨、骨盤、土ふまずを1本の軸にして、上半身をまっすぐ乗せる。)(かかと→小指→親指の順番にしっかり大地を踏みしめて歩きます。)これであれば皆さんも直ぐに出来ると思います。しかしただ歩くだけではつまらないという向きには、他の目的と組み合わせる事が良いかと思えます。通勤に車を使わずに電車やバスを利用して駅から目的地まで歩くとか、空いた時間を利用して史跡や街道歩きなど知的好奇心を刺激して歩くのも良いかと思えます。もちろんゴルフをされる方は真っ直ぐ打たずに左右にボールを曲げて多く歩かれる事は同伴競技者の為にも推奨します??

本日は健康維持方法「歩くことに勝る良薬なし。」の話を見せて頂き会長挨拶とさせていただきます。ありがとうございました。

委員会報告

●出席報告 (栗田 和典委員長)

本日の例会					
会員数	52		出席率	80.0%	
出席者	出席義務者	25	欠席者	出席義務者	9
	出席免除者	11		出席免除者	7
	出席者計	36		欠席者計	16
前々回例会 (4月2日)					
会員数	52		出席率	91.83%	
出席者	出席義務者	30	欠席者	出席義務者	4
	出席免除者	15		出席免除者	3
	出席者計	45		欠席者計	7

●ニコニコボックス報告 (太田 威彦副委員長)

昨日の次年度役員地区研修協議会に参加有難うございました。

稲吉 将秀 君

次週あいち航空ミュージアム見学会よろしく申し上げます。

松本 雅人 君

- ・酔いて寝る人の顔へと桜散る
- ・突風に散りゆく花の叫ぶごと

太田 哲郎 君

4/4にホールインワンをやっちゃいました!

市川 孝 君

ゴルフ部で優勝することが出来ました。

内海 辰巳 君

今日も元気で!

阿萬 裕子 君	石川 良治 君	石原 慎一 君
井上 政秋 君	入谷 宏典 君	稲熊 正徳 君
太田 威彦 君	金井 和治 君	川口 直也 君
北園 守生 君	串田 正克 君	栗田 和典 君
近藤 和彦 君	高山 光雄 君	竹尾 悟 君
武田 英昭 君	田中 秀典 君	田邊 雅彦 君
照井 通夫 君	中島 俊朗 君	中林 正人 君
波多野 真 君	早川 正倫 君	原田 好展 君
堀場 竜司 君	真城 壮司 君	山内 佳紀 君
山北 秀和 君		

御協力ありがとうございました。

本日の協力	33名 48,000円
本年度の協力累計	1,403,000円



地区研修協議会報告

山北 秀和次年度会長

第1分科会 クラブ管理部門

講師 水野功

テーマ ロータリーを楽しみ、会員基盤を強化しましょう。

1905年2月シカゴで始まったロータリーは、かいひがなかった。どうやって運営していたか例会に欠席すると罰金を取っていた。当時のお金で50セントだったらしい。会員資格は1年後とで 例会に4分の3出席していないと資格がなくなった。

最初は厳しかったのがうかがえる。

ロータリーの目的は 2つしかなかった。①本クラブの事業上の利益の増大②親睦の推進

会員間の取引を記録していた。1907年クラブは何か公共の奉仕をするべきとして第三の目的ができた。シカゴクラブの最初の公共奉仕は公衆トイレの設置これが最初の奉仕。

ポールハリスは、ある人物のビジネスは、その人の人となりの最善かつ最も真実なる表現であるというのがロータリアンの表現である。事業生活が潔癖であれば社会生活もそうである可能性が高い。ロータリーの基本はここにあると思う。

第2分科会 クラブ運営部門

皆さんロータリーを楽しんでいますか?

皆さんのクラブは楽しいですか?

まずクラブを楽しくしなければ友達も誘えません。クラブがつまらなかつたら、やめていく方も増えるでしょう。女性会員についてRIの女性会員の割合は20%以上です。日本の平均は5%、2760地区ではそれ以下の4%代です。これからのキーワードは女性会員です。

世界のガバナーの割合は 20%です。国内の社長の女性の割合は、8%。

これからの会長は女性会員への認識を変えてほしい。

魔の6月退会者が増える月です。増やすだけでなく退会者をなくしてほしい。

危機管理委員会は黒子です。何かあったらご相談ください。

WFF6回目 10月27日28日 寄付金分については人道的奉仕事業の資金。認知度のアップ。フィリピンの教育事業とポリオ撲滅。

日時 平成30年4月15日(日)
13:00~16:30

場所 ウェステインナゴヤキャッスル

参加者 山北 秀和次年度会長
安川 正勝次年度幹事
阿萬 裕子次年度副幹事
稲吉 将秀次年度R情報委員長
内海 辰巳次年度職業奉仕委員長
中林 正人次年度SAA委員長・地区委員
近藤 和彦次年度公共イメージ向上委員長
田中 秀典次年度青少年委員長
鈴木 恵一次年度R財団委員長
串田 正克次年度会員増強委員長
友原 寛之会員



アパレルブランド フジコウ(株)

〒464-8628
名古屋市中区1丁目春田町通1丁目4番地2F
TEL:052-864-8888 FAX:052-864-9887
R1901851571
Email: info@fukuko.com
http://shop.fukuko.co.jp/ptc.html

伊藤 康司
TEL: 1114

伊東測量登記事務所

土地家屋調査士
伊東 由之

確定測量・分筆・合筆・表示登記 etc

生命保険代理店「営業内容」
●法人：リストラマネージメント、退職金の積立、差控対策等
●個人：相続対策、資産運用、個人増殖
国内外生命保険会社14社取り扱いしております。

株式会社 アイライフ

代表取締役・フランチャイザー 稲熊正徳

〒468-0841 名古屋市長谷区藤原町2207 エタセシンスパード
TEL: 052-802-2700 FAX: 052-802-2701
Mobile: 090-3382-7064 Email: linaguma@hidachi.co.jp

ISHINO
井上 政秋
MASAOKI INOUE

株式会社 石野サーキット

〒470-0339 愛知県豊田市中区西1土庫264番地
TEL:0565-42-1718
http://www.ishino-circuit.com
E-mail: info@ishino-circuit.com

あつた 労務管理
労務管理・人事管理は社会保険労務士へお任せください

代表 社会保険労務士 阿萬 裕子

〒458-0034
名古屋市南区伝馬2-7-7
TEL: 052-212-8831 FAX: 052-212-8033

「信頼」「信実」「信頼」
イリヤ建設株式会社

〒461-0052 名古屋市長谷区出来町一丁目1番2号
TEL:05264354001 http://i-ye-const.co.jp/

GGG A&A J&I

南星キャリアックス株式会社
取締役会長 市川 孝

名古屋市南区豊1-49-10
電話 (052) 691-6356

タツミ技建
代表取締役 内海 辰巳

〒466-0018 愛知県津島市百島町字牛屋10-1
TEL: (0567) 25-8597 (代表)
FAX: (0567) 25-8598

建築・設計・施工・内装・インテリア・デザイン施工
外装・ガーデンング・デザイン施工