



国際ロータリー第2660地区

吹田西ロータリークラブ ウィークリー 2015-2016

■創立 1980.6.12

事務所 ☎564-0051 吹田市豊津町9番40号 カリーノ江坂1階
☎(06) 6338-0832 FAX (06) 6338-0020URL <http://www.suita-west-rc.org>例会場 新大阪江坂東急REIホテル
☎564-0051 吹田市豊津町9番6号 ☎(06) 6338-0109

例会日 毎月曜日 18:00~19:00

役員 会長：青木建雄 幹事：荻田倫也 会報委員長：堀 豊

4

つのテスト

●真実かどうか

●みんなに公平か

●好意と友情を深めるか

●みんなのためになるかどうか

第1591回 例会 平成27年10月5日

卓話 「ガバナー補佐訪問」

第2組ガバナー補佐 新井 清 様

今週の歌 「君が代」「ROTARY」

先週内容

次

会長挨拶

青木会長



さて先週の金曜日、北摂12RCの会長・幹事会が開催されました。当クラブの新井ガバナー補佐も出席され、地区における現況につきましてお言葉をいただきました。その後の各12クラブからの近況報告で、6月30日からの4日間、総勢12名での地区補

経済と地域社会の発展月間

米山月間

次週 第1592回 例会予告 平成27年10月19日

卓話 「第2660地区ガバナー公式訪問」
第2660地区ガバナー 立野 純三 様

助金を使用しての人道支援事業、東北大震災で被災された大船渡市赤崎保育園に浄水器を寄贈した事業につきまして報告し、地元の新聞2紙に記事が掲載されたということも報告いたしました。そして今後の事業予定についても簡単に紹介いたしました。

そして嬉しいお知らせがございます。

一時、ご入院され休会されておられました、佐藤原二会員がご退院され本日の例会より復帰されました。

今後も無理をなさらずマイペースで、共にロータリー生活をエンジョイしましょう。

ありがとうございました。

次

幹事報告

荻田幹事



1. 今年度のクラブ概況が出来上がりましたので、お配りします。
2. ロータリーの友の10月号が届きましたので、お配りします。

3. 本日、例会終了後、理事会を開催しますので理事の皆様はご参集ください。
4. 例会場の変更のお知らせです。
大阪東淀ちゃやまち RCの例会場が、ラマダホテル大阪から阪急インターナショナルに変更されています。メーキャップ等について、お間違えなきようご注意ください。

ゲスト 親睦委員会 辻会員



医療法人優仁会 かとう整形在宅クリニック
理学療法士 岡野 雅俊 様

出席報告 山岡委員長

- 会 員 数 48名 ●来 客 1名
- 出席会員数 37名 ●本日の出席率 86.05%
- 8月31日の出席率(メーキャップを含む)100%

ロータリー財団委員会 佐藤委員長



皆様ご心配をお掛けしましたが復帰することが出来ました。今後ともよろしくお願ひします。
ロータリー財団からの良い情報として、10月1日以降のレートが1ドル120円に下がりました。財団への寄付を宜しくお願ひします。

社会奉仕委員会 榎原委員長



明日 29 日に迷惑駐車排除合同パトロールを行います。
午前 9 時半に江坂公園噴水前に集合です。
なるべく多くの参加よろしくお願ひ致します。

国際奉仕委員会 木田委員長



国際奉仕というより地区からの情報です。
「東京ピースウィングロータリーEクラブ」というインターネットで例会に参加するE-CLUBが発足しました。クレジットカードで税込500円(日本円)を支払うなどの手続きを行なうと、メーキャップ証明書を貰えます。メーキャップのひとつの手段として一度ご覧ください。

東京ピースウィングロータリーEクラブ
<http://peace-wing.org/>



昨年度IMの講師をしていただいた義足のアスリート・中西麻耶選手が、今年10月21日～31日までカタール・ドーハで開催される「IPC陸上選手権ドーハ(カタール)大会」に出場されます。皆さま応援を宜しくお願いします。

ゴルフ同好会

阿部会員



10月28日(水)にアトレイクで開催されます「第2回吹田5クラブ親睦交流コンペ」の組み合わせを参加者のポストへお配りしています。宜しくお願いします。

改 ニコニコ箱

本田副SAA



◆青木会長：

佐藤原二さんご退院おめでとうござい
ます。本日例会より復帰されました。
また共にロータリー生活を楽しみま
しょう。

◆尾家会員①：

結婚記念日のお花ありがとうございました。

◆尾家会員②：連続欠席のお詫び。

◆高木会員：

今日の卓話の岡野理学療法士さんは、
私が足の皿を割ったとき、大変お世話
になりました。皆様には是非ご紹介した
かったのです。

◆木田会員：

国際大会ソウル、参加よろしくお願
いします。

◆佐藤会員：ご心配おかけしました。

本日までのニコニコ箱	366,491 円
本日のニコニコ箱	17,000 円
累計のニコニコ箱	383,491 円

お誕生月 御祝

会員

昭和26年10月11日	坂口 会員
昭和37年10月15日	伊藤 会員
昭和14年10月23日	新井 会員
昭和37年10月29日	辻 会員
	以上4名

会員夫人

10月6日	橋本徹 会員夫人
10月15日	河邊 会員夫人
10月18日	紙谷 会員夫人
	以上3名

グルメ同好会

阿部会員

<グルメ会の案内>

日時：平成27年10月16日(金)18:30～
江坂集合⇒17:30 タクシーにて移動
場所：やきやき三輪 堀江店
TEL06-6532-2468
大阪市西区南堀江2-13-30
サンイーストビル2階

会費：約1万円(割り勘)

会員の皆様の多数の参加をお待ちしております。

卓話

「理学療法士が考える健康な体づくり」

医療法人優仁会 かとう整形在宅クリニック
理学療法士 岡野 雅俊 様



身体機能評価・治療の専門家である理学療法士はさまざまな予防医学に関与し始めています。本日は、一理学療法士として、皆さんに健康な生活を送っていただけるためのポイントを、『姿勢』という観点からご紹介したいと思います。

不良姿勢が身体に及ぼす影響はさまざまです。肩凝り・腰痛の要因、筋肉活動低下に伴った筋力の低下、関節への負担増大などが挙げられます。これらの悪影響を避けるためには、普段より姿勢に注意する必要があります。日常生活にはさまざまな姿勢がありますが、本日は『座位姿勢』についてのお話を進めます。

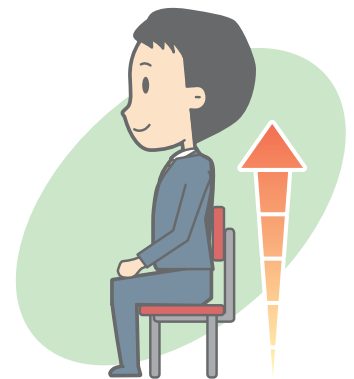
◆座位姿勢調整のポイント

- ①坐骨での体重支持
- ②深呼吸
- ③腹圧のコントロールによる姿勢調整

が重要です。

また、ある程度筋肉を鍛えることも重要で、特に背骨と下肢をつなぐ唯一の筋肉である『腸腰筋』のトレーニングは重要になります。

本日を機に、普段の生活より姿勢に気をつけていただき、健康な身体づくりにつなげていただければ幸いです。



9月28日今週の歌「思い出の渚」を歌う
杵本音楽委員長