



栗原 幹事 熊坂 会長



浦和中ロータリークラブ

Rotary



国際ロータリー第2770地区

2024-25クラブターゲット

『仲間づくりとGG挑戦』～何か良いことをしよう～

今日の例会 Today's Regular Meetings

10月29日(火) 6:30~17:00

第1611例会

例会場: 皆川城カントリークラブ

卓話者:

テーマ: 創立35周年記念ゴルフコンペ

次回の例会 Next Regular Meetings

11月7日(木)

第1612例会

例会場: 埼玉会館

卓話者: 落語家 参遊亭遊助(豆生田信一)様

テーマ: 米山梅吉翁落語

会長挨拶 熊坂創会長

皆さん、こんばんは。お客さま、ようこそ。今日はお客様が二人いらっしゃっています。ゆっくりしてってください。星さん、卓話よろしくお願ひいたします。

今朝6時頃メールが来ました。かなりの長文。そして全文英語。皆さんご承知の通り、私は英語がからっきしだめです。中学高校と6年間も授業で習って会話すら出来ないなんて日本の英語教育おかしい、なんて愚痴を言っても始まりませんし、私の脳みその問題でもありますが。この送られてきた文章で私が理解できた単語が3つ。「GG」、BLOOD DONATION」この時点で気づきました。やはりあの団体、ロータリー財団です。そして「CONGRATULATIONS」の文字。皆さん朗報です。当クラブのGGが通りました！降りた補助金は、63,284\$です。約900万円ですね。吉岡会員、とりあえずはお疲れさまです。ありがとうございます。皆さん、バリ・タマンのクラブは、浦和中のメンバーと会えることを楽しみにしています。ハードルが高いかもかもしれませんが、来年の3月10日は、ぜひお時間作って式典の参加をお願いいたします。35周年の記念事業です。今年度のクラブターゲットです。よろしくお願ひいたします。

さて、10月はオクトーバーといえますね。私は今年になって知った言葉なのですが、「オクトーバーフェスト」という言葉をご存じですか？世界最大のビール祭りドイツのミュンヘンで行われているお祭りです。そういえば私が子供のころは、世界三大ビールといえば、サッポロ、ミュンヘン、ミルウォーキーと習った気がします。このお祭りは、設営されたテントでビールを飲み、ドイツ音楽にあわせて踊り、移動式の遊園地を愉しむそうです。なんと700万人の来場者があるそうです。そしてこれまたなんと、700万リットルのビールが消費されるそうです。平均1人1リットルですね。そのお祭りでのドイツ人は1リットルのビールを飲んで踊る。

更に飲んだ後にはジェットコースターに乗るそうです。私もビールは大好きです。日本でもオクトーバーフェストにちなんだ催しがあるそうなので、来年は遊びに行ってきたいと思っています。今日、1番お伝えしたいこと。吉岡会員に確認しました。バリには、ビンタンという無限に飲んでいられるビールがあるそうです。来年の3月10日は、皆で、バリで、ビンタンを飲みましょう。

『仲間づくりとGG挑戦』本日も最後までよろしくお願ひいたします。



グローバル補助金の承認が下りた「朗報」を伝える熊坂会長(左)バリ・タマンクラブとの調整に尽力頂いたバリ支局の吉岡支局長(右)

幹事報告 栗原隆之幹事

【配付物(希望者)】

- ①週報1609
- ②ニコニコ1609

【配布物(全員)】

- ①能登半島およびポリオ募金活動案内およびポリオバッジ
- ②浦和が「仲間」RC主催チャリティーコンサート
- ③創立35周年記念チャリティーゴルフタイムスケジュール
- ④大学ラグビー観戦案内

【回覧】

- ①よねやまハイライト
- ②POLIOTシャツ注文

今週もカメラ目線の栗原幹事



**ロータリー財団
ベネファクター認証・PHFバッジ贈呈**



この度横田松博会員がベネファクターの認証を、梶間順子会員・柴田忠会員・小嶋敏夫会員がPHFバッジ贈呈を、それぞれ受けられました。みなさんおめでとうございます。

※ベネファクターとは「ロータリー財団の恒久基金に1,000ドル以上の寄付、または遺贈の受取人としてロータリー財団を指定された方」をいいます。

※PHF（ポリス・ハリス・フェロー）バッジは、寄付累計額が1,000ドルごとに1バッジ贈呈されます。梶間会員は4バッジ、柴田会員は6バッジ、小嶋会員は8バッジとなりました。

**卓話 『ストレスと健康』
アロマセラピスト 星しのぶ様**



星しのぶ様プロフィール
大学卒業後、神職・広告代理店・IT関連に従事。資格取得後2017年に独立開業。現在に至る。

皆様こんばんわ。本日はお招きいただきましてありがとうございます。私自身、会社勤めであった時分に【体調不良を理由として求職する同僚が多かった】ことから『健康とは何だろう』と意識することが増えました。

健康の対義に不健康があり、その原因には多くのストレスが起因すると考えられます。しかしストレスとは全てが悪者ではなく、例えば視覚・味覚・聴覚・嗅覚・触覚から得る情報も全てがストレスとされています。このストレスはむしろ存在しないと人は生きていくことが出来ません。ここではいわゆる精神面でのストレスを不健康の原因のひとつとして捉えていきます。

ストレスを抱える人の多くは体温が低いという特徴があります。体温が低いと血流が悪くなり、肩こりを代表としたような身体全体が固くなる症状が出ます。その結果、不眠（長く寝ていても良質な睡眠が得られていない）や免疫低下、内臓機能の働きが下がるなど、病気になるしやすい身体となってしまいます。ストレッチを行う・眠る際にはパジャマやレッグウォーマーなどで身体を温めることが予防のひとつとなりますから、ぜひ実践してみてください。皆様が今後も健康でご活躍されますことを祈念申し上げます。



数多くの症例、それに対処する策など、多くを教えてくださいました星さん、ありがとうございました。

**本日のお客様
八生建設株式会社 専務取締役 首藤潤美様**



熊坂会長の紹介でお越しいただきました。どうぞロータリークラブの例会を楽しまれて下さい。すべての会員、首藤様のご入会をお待ちしております。

**委員会・部会報告
ゴルフ大会リーダー 村上基一会員**

35周年記念チャリティーゴルフ大会について（再告）

職業奉仕委員会 村上基一委員長

ネパール災害に対する募金の報告

親睦委員会 染谷幸一委員長

定例懇親会の件／委員会開催の件

プログラム委員会 横田松博委員長

ポリオ募金に関する件／浦和ダイヤモンドRCチャリティーコンサートに関する件 ほか

スポーツ観戦部会 赤松宏和部会長

さいたまブロンコス観戦御礼／ラグビー観戦案内



今日のおまけ



懇親会はいつもの「菜須美」。江藤さんありがとうございます。

出席報告： 市川浩正出席委員長

①会員総数 2024-25年度	②本日の出席 会場+リモート	③メークアップ カード枚数	④出席数 (②+③)	⑤免除会員数 2024-25年度	⑥免除会員者 当日欠席数	⑦実行数 (①-⑥)	⑧出席率 (④÷⑦)
32	27	2	29	3	1	31	93.55%

【編集後記】 木曜日はクラ管からの例会、金曜日は委員会、土曜日は米山カウンセラー研修と、なにげにロータリー三昧。自分も含めて皆さん元気です。よく食べ・よく飲み・よく遊ぶ。ストレスフリーで病気知らず。平熱37度は健康優良児（あ）。

会長：熊坂 創
幹事：栗原 隆之
R財団：小谷野 堅太郎
奉仕PJ：赤松 宏和
親睦活動：染谷 幸一
出席：市川 浩正

会長エレクト：松石 滋樹
クラブ管理運営：松石 滋樹
米山記念：佐藤 美好
会員増強：相原 章
ロータリー情報：石井 佳代
公共イメージ向上：小宮 泰

例会日：毎週木曜日 19:00～20:00
例会場：伊勢丹浦和7F クローバルーム
事務局：さいたま市浦和区高砂2-8-4 市川ビル3階
TEL:070-9097-5489
ホームページ <http://urawa-naka-rc.org>
Email urawanakaRC@outlook.jp