高松南ロータリークラブ R.I.District 2670

2019年9月





ロータリーは世界をつなぐ

RI会長:マーク・ダニエル・マローニー 会長:髙島秀樹 幹事:田中理

例会場/JRホテルクレメント高松3階「玉藻の間」 毎週水曜日 12:30~13:30



2019-20年度

7月24日

日時/令和元年7月24日(水)12:30~ 場所/JRホテルクレメント高松

会長挨拶 | 会 長 髙島秀樹

2019年1-6月度 出席率70%以下の会員資料

	会員名	出席	欠席	HC 出席率	MU	出席率	出席 免除
1	中村 秀明	15	9	63%	1	67%	
2	近藤 弘行	15	9	63%	0	63%	
3	岡 佳寿也	11	13	46%	4	63%	
4	小野 兼資	11	13	46%	3	58%	
5	石井 孝典	12	12	50%	0	50%	
6	宮脇 光男	11	13	46%	0	46%	
7	大橋 泰範	11	13	46%	0	46%	
8	越智 繁彬	10	14	42%	0	42%	
9	森 敬介	2	22	8%	7	38%	
10	向井 攻一	9	15	38%	0	38%	
11	白井 克彦	9	15	38%	0	38%	
12	西野 信也	8	16	33%	0	33%	
13	木村 征司	5	19	21%	2	29%	
14	MASOUD SOBHANI	2	22	8%	4	25%	
15	楠木泰二朗	5	19	21%	0	21%	
16	松木 リカ	0	24	0%	4	17%	
17	平井 信一	3	21	13%	0	13%	
18	板坂 直樹	2	22	8%	0	8%	
19	窪田 泰彦	1	23	4%	1	8%	
20	田邊 正忠	2	22	8%	0	8%	
21	佃 昌道	0	24	0%	1	4%	
22	細渓 英一	0	24	0%	0	0%	
23	岩井 孝博	0	24	0%	0	0%	
24	牟禮 昌忠	0	24	0%	0	0%	
25	谷本 昌英	0	24	0%	0	0%	
26	山地 真人	0	24	0%	0	0%	

上記資料は、会員数61名の内、出席率70%以下会員数26名 (構成比42.6%) です。

出席委員会だけではなく、全クラブ会員で共有し問題点を改 善してもらいたい。

【問題点】 (例題)

	対象会員	実 績	担当委員会					
1	新会員(楠木 木村 石井)	出席率が悪い MUが出来て いない	会員選考 会報·広報					
2	出席率0%会員(出席免除除く)	2名	出席 プログラム					
	出席率0%会員(出席免除)	3名	出席					
3	MUが0会員(出席免除除く)	8名	出席 会報・広報					
	MUが0会員(出席免除)	9名	出席					

【各委員会の役割】

- I. クラブ奉仕委員会の小委員会の取り組み(案)
 - 席⇒悪さ加減の把握、定款(細則)に当てはめる。
- 2. 会員選考⇒新会員の教育
- 3. 会 員 増 強⇒後継者へのアプローチ
- 4. プログラム⇒卓話(出席率の意識付け)
- 5. 会報·広報⇒分析データーの掲載 E-クラブ加入(MU)
- 6. 親睦・活動⇒委員会内の親睦を図る(新会員)
- Ⅱ. 戦略計画(研修リーダー)委員会の取り組み(案)
 - 1. クラブ奉仕委員会への支援
 - 2. 新会員の教育(職業奉仕とは? 4つのテストとは?)

各委員会の問題点は、クラブ全体の問題点として取り組 みましょう。まずは、会員相互の親睦を高めるには、例会 出席率を上げることです。

卓 話 プログラム委員長 藤田徳子会員

「短期交換留学生を受け入れて

~アメリカ人が、またまたまた我が家にやってきた!~」 6月30日(日)から7月4日(木)の間、短期交換留学生2名を 受け入れた。我が家で、短期交換留学生を受け入れることは3

回目の経験だったが、毎回、受け入れ前は、「どんな子だろう か?」「何を食べてくれるだろうか?」「何をしてもてなしてあ げたら喜ぶだろうか?」など考えると緊張するものだ。

今回は、女子学生2名。Kajal Mehta(インド系移民2世・18 歳・今夏より大学生)、Nicole Cordasso(イタリア系移民2世・ 15歳・今夏より高校1年生)。

初日、髙島会長と堀国際奉仕委員長とともに、坂出グランド ホテルで開催されたウエルカムパーティーで出迎えた。総勢27 人の学生たちが、合衆国の国歌「星条旗を永遠なれ」を合唱す る姿に感銘を受けた。日本の同世代の若者たちに同様に敬虔な 姿が見られるだろうか。

二日目、朝食を済ませ、ことでんで金刀比羅宮に向かった。 「中野うどん学校」で足踏みうどん作りで大騒ぎし、金刀比羅 宮の奥の院まで足を延ばした。学生の二人は、御宮の風格や鬱 蒼とした森林を興味深く楽しんでいたが、私はへとへとで、復 路のかき氷が身に沁みた。

三日目、地区のプログラム「レオマワールド」でのアクティ ビティに参加後、夕食は、友人家族とともに、お好み焼き屋 へ。ベジタリアンの二人のための特別食、肉・卵なし、出汁な しのお好み焼きや焼きそばを喜んで召し上がってくれた。長女 を含む学生同士は、すぐに仲良くなり、プリクラやカラオケで キャピキャピしていたが、母は限界で寝落ち。

四日目、午前中は丸亀の「うちわミュージアム」でうちわ作 り体験、瀬戸大橋タワーへ。昼には、高松南RCの例会に出席 し、クラブからの記念品授与後、スピーチをしてもらった。午 後は、我が家で立礼式のお茶を体験してもらった。畳の歩き 方、お茶のいただき方、茶道具の扱い方など、ひとつひとつ熱 心に学んでくれた。夜は、高松南RC有志メンバーに、短期交

例

換留学経験者の太田PDGのお孫さんも加わり、炉端焼きへ。

五日目、早朝の見送りに、篠田会員も駆けつけてくれた。奇 しくも、この日は、「独立記念日」。事前の申し合わせはなかった そうだが、学生たちは皆、それぞれに赤・青・白のトリコールカ ラーの洋服で記念日を祝い、赤・青・白の団扇や扇子を持って、 私たち見送りの者に向かって、手を振りながら出発していった。

我が家に滞在した二人は、日本の文化に対して理解も深く、 非常にお行儀もよい印象を受けた。また、私たち家族への気遣 いも細やかで、こちらが学ぶことが多かった。事前に預かった カルテで、二人ともベジタリアンだとは把握していので、食事 には工夫を凝らしたが、なかなか何を好んで口にするのか理解 できず気をもんだ。食生活の国際理解が益々に必要だと感じた。

髙島会長、堀委員長、篠田直前会長をはじめ、多くの会員の 皆様方にご協力を賜り、無事に重責を完了することができた。 皆様に心より感謝申し上げます。

幹事報告

香川県立高松養護学校夏季集中研修会(7月23日)

参加者: 髙島会長・田中幹事・岡 隆夫委員長・松本周平 会員·田村副幹事·堀 一代SAA·合田副SAA

2019-2020年度 ガバナー補佐訪問 夜間例会

8月7日 18:30~ クレメント高松2F雅

各委員長は計画発表のため出席をお願いします。

8月14日 定款第6条により休会

8月28日 夏季家族親睦例会(夜間例会)

18:30~ アナザースタイル

|コ||二||コ||箱|

吉田会員「森敬介さんありがとうございました。楽しく有意義でした。」

藤田会員「青少年短期交換プログラム皆さまご協力のおかげで無事に 終えることが出来ました。」

詫間会員「お先に失礼します。」

計¥5,000 合計¥41,000

● 会員掲示板 ●

■メークアップ

ロータリーソング

高島会長、田中幹事、岡(隆)会員、松本会員、堀川 「それでこそロータリー」 会員、篠田会員、田村会員、堀(一)会員、合田会員 ソングリーダー 中村(厳)会員

2019-20年度

第5回 7月31日

日時/令和元年7月31日(水)12:30~ 場所/JRホテルクレメント高松

会長挨拶

会 長 髙島秀樹



今日の会長挨拶は、私の健康管理をお話しし ます。

57歳時に心筋梗塞になり、特に主原因はスト レスによる無理から発病しました。しかし、2年 前に会社退職するまでは具体的な健康改善はで

きませんでした。

心筋梗塞になった時にストレス解消の為に、マッサージチェ アーを購入していましたが、チェアーの寿命で使用できなくな り、新しいマッサージチェアーを購入することになり、家電店 に行き色々な情報収集し、素晴らしい家庭医療器 (=マッサー ジチェアー) に出会えました。

「人工知能システム」と「AIメディカルプログラム」が通信 ネットワークで融合した「ルピナス」家庭用医療機器(ファミ リーイナダ株式会社 販売)で、AI搭載したマッサージチェ アーのAIメディカルプログラム (タブレット) に通信ネット ワークで身体測定値を送ります。タブレットに情報収集され、 データー分析され適切な指示が来ます。マッサージチェアによ る改善、運動、食事等のアドバイスもあります。

通信ネットワークを説明します。

- ※「ファミリーイナダ株式会社」はマッサージチェアーの日本 トップメーカーである。
- ① アクティブメジャー (Bluetooth) ⇒スマホ (ルピナスリ ンク365のアプリ)

検出データー:時計・歩数・心拍数・歩行距離・消費カロ リー・エクササイズ

② 手首式血圧計 (Bluetooth) ⇒ アクティブメジャー⇒ スマホ (ルピナスリンク365のアプリ)

検出データー:最高血圧・最低血圧

体組成計 (Bluetooth) ⇒ アクティブメジャー⇒ スマ ホ (ルピナスリンク365のアプリ)

検出データー:体重・体脂肪率・体水分率・筋肉率・推定骨 量·BMI·基礎代謝量

- ④ ①~③ (ルピナスリンク365アプリ) スマホ (Wi-Fi) ⇒ メーカーホスト⇒本体タブレット
 - ・メインメニュー (例:ストレス解消コース⇒脈拍セン サーで測定)
 - ・月に1回の健康チェック ・気になる健康チェック
 - ・メタボスコア
 - ・週→月→6ヶ月⇒1年のデーターグラフ→具体的指示が掲載

マッサージチェアー(医療機器)の大きな特性

- ① AI(人口知能システム)指示にエアーセル(164枚 通常 は20枚前後)
 - ・アジャスターセンサーによる指圧点自動検知システムによ り、一人ひとりに合った動作
 - ・筋肉の形や大きさ、凝りの状態によって最適な強さ、最適 な時間の旋術
- ② 通信ネットワーク
 - ・家族一人ひとりの健康状態を日々管理
 - ・常に、最新マッサージプログラムのアップデートが可能
 - ・最新医療情報の提供

会長からのおすすめダイエット⇒**「フラフープダイエット」**

昔、流行った子供の運動器具です。現在のフラフープは組立 式で太さ、大きさ、重量と種類が沢山あります。金額は2,000 円~3,000円と低額です。病院からも進められて、2か月前から 実施しています。実施方法は1日⇒10分間×2回で何処でも手軽 にできます。今の季節は暑いので、エアコンの効いた部屋で実 施してます。効果は沢山ありますが、私が感じるにはメタボ効 果が実感できます。

「効果の種類」

- ① くびれ効果 (メタボ効果) ② 脂肪燃焼効果 (有酸素運動)
- ③ 腰痛予防 ④ 骨盤矯正効果 (ポッコリお腹)
- ⑤ 代謝アップ⇒・腹斜筋 ・腹部内部のインナーマッスル インナーマッスルを鍛えると筋肉量が増し、代謝が上が り、ふとりにくい、やせやすい体になる。
- ⑥ 便秘解消効果
- ⑦ むくみ改善⇒股関節をを動かすとリンパの流れが良くな り、滞っていた老廃物が流れ、むくみ改善につながる。

フラフープダイエットは何処でも、何時でも出来る、手軽 な、運動です。スクワット20~30回よりも楽で、継続できると 思います。ぜひ、一度試してみてください。「継続は力なり」

話 職業奉仕委員長 岡隆夫会員

「香川県立高松養護学校 夏季集中研修贈呈式に参加して」

例 会

7/23に香川県立高松養護学校にて開催した夏季集中研修に協 賛品を贈呈してきました。参加者はキリンビバレッジ㈱から渡 辺部長様、篠崎部長補佐様、大塚製薬㈱から北島所長様が。当 クラブからは髙島会長、田中幹事、岡隆夫委員長、松本会員、 堀川会員、篠田会員、田村会員、堀一代会員、合田会員の12名 が参加。長きにわたる活動で、一般のスポンサー企業より参加 していただけたことは今回が初めてでした。

協賛品の紹介や式典の様子などを報告しました。参加くださった会員一人一人から、感じたことをスピーチリレーでお話していただきました。

まだまだ今年度の奉仕活動もたくさんありますが、参加した 人にしか味わえない感動を多くの会員の皆様に経験していただ ければと思います。

二二二二箱

岡(隆)会員「高松養護学校夏季研修会へのご協力ありがとうございました~!!」 計¥5,000 合計¥45,000

⇒ 会員掲示板 ⇒

●メークアップ多田会員

ロータリーソング「四つのテスト」 ソングリーダー 讃井会員

2019-20年度

第4回クラブ協議会 ガバナー補佐懇談会 8月7日 第6回

日時/令和元年8月7日(水)18:30~ 場所/JRホテルクレメント高松

会長挨拶 | 会 長 髙島秀樹

今日は第4回クラブ協議会を行います。8月21日の公式ガバナー訪問前に、香川第一分区の角田ガバナー補佐、高松グリーンRCの八田憲明様、太田貴道様にご臨席賜り、お礼申し上げます。角田ガバナー補佐に各委員会から今年度活動計画について説明し、改善点等があればご指摘頂きたいと思います。

例会後には、懇親会を行いますので、会員相互および角田ガバナー補佐との親睦を深めて頂きたいと思います。長丁場の例会になりますが、宜しくお願いいたします。

私から各委員長にお願いがあります。今年度の大島ガバナー 運営方針に有りました様に、会員の「立ち位置」「居場所」の 明確化を受けて、特に委員長のリーダーシップ育成を中心にク ラブ運営方針を立てました。「出席率の向上」「会員増強」に関 しては、全委員会での取り組みとしたいと思います。

先日、2019年1~6月の「出席率」ランキング表をお渡しした時に、全ての会員が実績を共有し、自分の委員会で出来る改善策を皆で考えて欲しいとお願いしました。出席率だから、出席委員会が取り組むことだから、自分の委員会には関係ないと思う人もいると思います。低実績会員の悪さ加減を分析すれば、各委員会の役割、取り組まなければいけない改善点が必ずあります。今年度の一番重要視している、「委員長中心に、委員会皆で考え行動しよう」に取り組んでほしいと思います。特に、委員長には理解していただきたく、再度紹介いたしました。

では、活動計画の発表をお願いします。

第4回クラブ協議会

角田ガバナー補佐のご出席のもと各委員長が3分間で活動報告を行いました。最後に、角田ガバナー補佐から講評をいただきました。

角田ガバナー補佐講評

「2670地区では、会員増強(特に女性会員の入会)に重点を 置き、奉仕と親睦をより活発にしていく事が、クラブの魅力を 上げることにつながります。高松南RCはガバナーを5人も排出され、伝統と歴史のあるクラブですが、会員数や出席率の向上に問題を抱える中で、本日報告のあった各委員会の取り組みや積極的なメーキャップを充実させていただきたい。」

この後、太田パストガバナーが講評されました。

ニコニコ箱

篠田会員「43回の結婚記念の鉢植ありがとうございました。又、誕 生祝ありがとうございました。」

高松グリーンRC角田会員「一年間よろしくお願いいたします。」 森(敬)会員「おつかれさまです。今年はがんばります。」 岡林会員「楽しい67才にします。」

計¥18,000 合計¥63,000

→ 会員掲示板 →

●メークアップ

ロータリーソング 「国歌」「四季のうた」「バー スデーソング」 ソングリーダー 讃井会員

2019-20年度

ガバナー公式訪問 8月21日 第7回

日時/令和元年8月21日(水)12:30~ 場所/JRホテルクレメント高松

会長挨拶 会 長 髙島秀樹

今日は、大島ガバナーをお迎えしてのガバナー公式訪問例会です。大島ガバナー、角田ガバナー補佐、北野随行、高橋随行の皆様、ようこそ高松南ロータリークラブ訪問、ありがとうございます。会員一同、心より歓迎申し上げます。

2週間前のクラブ協議会に、角田ガバナー補佐のご臨席を賜り、今年度の活動計画について各委員会より、ご説明申し上げました。また先程、ガバナーとの懇談会で我々のクラブの現状及び問題点等を申し上げました。情熱をもって改善を進めて行きますが、ガバナー、ガバナー補佐のご指導を賜りたく、お願い申し上げます。

さて、先日のクラブ協議会でも申し上げましたが、新しい取組みとして、5大奉仕委員会と9小委員会の14委員会を6グループに分け、月1回、例会時に委員会ミーティングを実施いたします。目的は、会員それぞれの「立ち位置」「居場所」を明確化し、クラブ内の問題点をグループ内で改善して行くことです。まずは、一番重要な問題点「出席率」「会員増強」に取り組んで行きたいと思います。進行に不安がありますが、全会員のご協力をお願いいたします。

それでは、本日の大島ガバナーを迎えてのガバナー公式訪問 例会、宜しくお願い致します。



8月21日 ガバナー公式訪問

ココニコ箱

豊田PDG「大島ガバナー公式訪問大歓迎」

多田会員「この度、次女が、8月8日に入籍いたしました。夫婦とも に21歳と若いですが、名古屋で新生活するので、今後と もよろしくお願いします。1月に孫が生まれます。」

SOBHANI会 員「Districr Governor大島 さん、welcome to our Club. 30年以上のおつきあいありがとう。私は今年からロータリー国際ヨット同好会のせとうちしまなみフリート (fleat) のコモドア (commodore) になりました。よろしくお願いします。ロータリーの友8月号の横組み (左か

ら) 18ページに、今年6月にドイツのハンブルグで開催されたロータリー国際大会に出席した時の写真がのっています。おかげさまで!」

計¥12,000 合計¥75,000

🗢 会員掲示板 🖘

●メークアップ

田中(弘)会員、田中(理)幹事、松本会員、 前田会員、SOBHANI会員、吉田会員 ロー**タリーソング** 「奉仕の理想」 ソングリーダー 平井会員

2019年9月例会予定 基本的教育と識字率向上月間/ロータリーの友月間

No.	日	時間	場所	例会プログラムおよびその他	備考
9	4	12:30~	JRホテルクレメント高松	卓話「新会員卓話/自己紹介」 大西玉喜様	
10	11	12:30~	JRホテルクレメント高松	各委員会ミーティング	
11	18	12:30~	JRホテルクレメント高松	卓話「渡米道中膝栗毛」 林幸稔会員	定例理事役員会
12	25	12:30~	JRホテルクレメント高松	卓話「クラブ研修リーダー育成セミナーに参加して」 吉田茂会員	早明浦ダム上流草刈 (9/28)

2019年10月例会予定 経済と地域社会の発展月間/米山月間

No.	日	時間	場所	例会プログラムおよびその他	備考
13	2	12:30~	JRホテルクレメント高松	卓話「職業奉仕とは何か?」 太田英章会員・PDG	

<mark>9月の誕生者</mark> ~ぉめでとうございます~

山地 真人 (2日)、木田 一彦 (7日)、松本 周平 (13日)、田村 禎啓 (16日) 中村耕太郎 (17日)、林 幸稔 (19日)、熊田 浩 (30日)

7月出席率

例会日	正会員	出席免除	免除出席	出席数	欠席数	補填数	補正出席数	出席率
7月累計	300	70	41	187	72	13	200	73.48 %

編集後記

人が生存に必要な食料 を入手するため、農業・ 漁業・狩猟といった第一

次産業が「職業」として誕生しました。やがて、その土地を離れても生活できる術を得て、手で物を作る職人が生まれるなど、社会生活が複雑になるにつれて「職業」は多様化していきました。産業革命や戦争、コンピュータの発達など社会環境の変化に伴い、消えていく職業、そして新しく生まれる職業があり、これからも職業の形は変貌し続けるでしょう。しかし、いつの時代も仕事は人間がする、作業はロボットがする、と教えられてきま

した。その仕事をする人間は、ときには失敗をしたり、 挫折することもあるかもしれません。先の高校野球の関係者のことばに、『失敗』とはつまずき、転ぶことでは ありません。立ち上がらず、そこで歩みを止めることが 失敗です。再び立ち上がり、前に歩みを進める姿勢が挑 戦であり、これが人々に共感と感動を与えます。あと一 息頑張ってみましょう。太古の昔から、人類最大の敵は 「めんどくさい」というセリフです。

奉仕のこころの中に失敗を恐れず挑戦の姿勢を持ち続けたいロータリアンに、ロータリーの喜びを謳い上げる、9月号です。ご高覧ください。 (編集子)

elit.
por
ce e
...
ut a
vol
um
la f
int