



国際ロータリー 第2660地区

2014-2015年度

2014

八尾ロータリークラブ会報

8/6

vol.54 No.6

国際ロータリー テーマ

**ロータリーに輝きを
LIGHT UP ROTARY**

国際ロータリー 会長 ゲイリー C.K. ホアン

八尾ロータリークラブ テーマ

**ロータリーの心を実践し
人間力を高めよう**

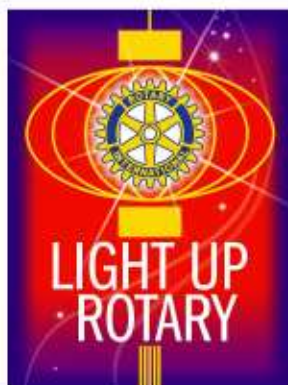
会長 中川 将

国際ロータリー 第2660地区 テーマ

**ひとりひとりの輝きで、
あなたの地域を輝かそう**

LIGHT UP YAO

国際ロータリー 第2660地区 ガバナー 泉 博朗



四つのテスト

言行はこれに照らしてから

1. 真実か どうか
2. みんなに公平か
3. 好意と友情を深めるか
4. みんなのためになるか どうか



八尾RCバナーの主旨
「我々のクラブは、若いも若きも
相手を敬愛し、和気あいあい、
楽しいクラブライフを送っている
ことが誇りであります」

第2594回 例会 プログラム

▼開会「点 鐘」

▼ロータリーソング

「国歌」「奉仕の理想」

▼ゲストの紹介 米山奨学生

ラム・シ ウェン ミシェル 様

▼出席報告

▼在籍表彰

会員特別表彰

在籍20年 原田正義会員

山口智士会員

▼お誕生日お祝い

8/2 原田正義会員(喜寿)

8/3 吉田法功会員

8/6 奥谷英一会員

8/18 小林成禎会員

8/20 中西広美会員

8/23 新宮一誓会員

8/25 宮川 清会員

8/26 稲田賢二会員

▼米山奨学金贈呈

▼その他の報告

▼会務報告

「会長の時間」「幹事の時間」

▼SAA報告 ニコニコ箱

▼卓話 クラブフォーラム

「会員増強・拡大月間に因んで」

濱岡 千寿郎 会員

▼閉会「点 鐘」

▼卓話予告

8/20 中島孝夫会員

8/27 柏木武生宜会員

9/3 「新世代の為の月間に因んで」

青少年奉仕委員会 松井良介

副委員長・西 秀樹副委員長

9/10 澁谷登志和会員

9/17 濱岡千寿郎・稲田賢二会員

ビジター紹介

▼鍋島 圭太 様

現在49歳で、あと1年で商工会
議所の青年部を卒業する予定です。
本日は見学におじゃまいたしました。

会長の時間

天神祭の一番暑い時期、体調には
十二分にお気を付けてこの暑い夏を
乗り切して下さい。

日曜日に横綱白鵬の優勝で千秋楽
を閉じました名古屋場所に因んで、大
相撲の事について調べました。

日本の国技である大相撲も不祥事
や外国人力士の横綱で独占されて人
気に陰りが有りましたが、遠藤という力
士の出現により少しずつ人気も復活し
てきていて、名古屋場所もかなりの大

八尾ロータリークラブ 2014-2015年度 会長 中川 将 幹事 吉本 憲司

事務局 八尾市清水町1-1-6 八尾商工会議所2F

TEL 072-991-2129 FAX 072-924-0010

URL www.yaorc.com E-mail info@yaorc.com

例会日 毎週水曜日 午後0時30分-午後1時30分

例会場 八尾商工会議所3F

創立 1961(昭和36)年3月28日

入り満員も出ました。

ここで大相撲の懸賞金について、ご存知の方もありませんが少し詳しく伝えたいと思います。

まず、取組前に出る旗の件ですが、力士に賞金を出すことによって旗を掲げて土俵上を回り、企業や商品の広告を出します。賞金は一枚62,000円だそうです、一回だけでは駄目で最低15回(一場所)930,000円から受け付けるそうです。

熨斗の中には正味は30,000円しか入っておらず、残りの32,000円は税金と経費が協会に積み立てられ、残りを引退時に退職金と一緒に力士が受け取る仕組みになっているそうです。税金を除いた全部が入っているのかと思いましたが、この世界も厳しいですね、入金の手取りとは。

懸賞旗と言えはお茶付けの永谷園やタマホームなどがスポンサーとして有名ですが、あの旗も自前で作らなければならないそうです。3万円から、上はいくらでも。大きさにも制限があり、横70cm～縦120cmまでだそうです。広告宣伝費として経費で落ちますから、皆様も930,000円とで100万円位かかりますが、一度会社の宣伝に使って見ても如何でしょうか。ただしNHKにはほとんど映りませんが・・・。

幹事報告

▼本日、会長の代理で濱岡副会長が大阪フレンドRC様へ表敬訪問していただいております。

▼55歳以下が対象の「若手ロータリアン研修セミナー・懇親会」が8月12日に開催されます。本日は回覧しますので、多数のご参加をお願いいたします。

▼地区より、米山学友会の懇親会の案内が届いております。参加ご希望の方は、お申し出ください。

▼次週の卓話はグループごとに会員増強に関するディスカッションを行いますので、指定席とさせていただきます。

▼次週例会後、理事会を開催します。

その他の報告

▼柏木 武生宜・職業奉仕担当理事

8月7日午後3～5時に、教職員の方を対象とした工場見学を実施します。当クラブ会員企業の帝国チャック様と松本油脂製菓様を見学させていただきます。同行を希望される方は、本日中午にお申し出ください。

また先日お配りした卓話アンケートですが、ご提出がまだの方はご協力をお願いいたします。

▼今西 敦之・青少年担当理事

23日に元財団奨学生の門間さんと米山奨学生のミシェルさんの歓迎会を開催しました。19名のご参加をいただきました。ありがとうございました。

8月1～3日に地区の少年少女ニコニコキャンプが実施されます。当クラブからは中西(啓)会員のお孫様が参加されます。

また8月5～7日に地区インターアクトの海外研修が行われます。当クラブからも3名の会員に参加いただきます。出発日には結団式にも参加予定です。

8月18日にはリーダー研修が開催されます。皆様のご参加をお願いします。

さらに8月20～22日には、恒例の「自然の中で」が曽爾高原で開催されます。多数のご参加、ご協力をお願いいたします。

このほか来年5月5日には、地区の「ロータリーフェスティバル」が盛大に開催される予定です。

▼会員増強委員会・稲田 賢二 委員

次週の卓話では、会員増強に関するディスカッションを行います。少し早めの時間に卓話を始めさせていただきますので、よろしくお願いいたします。

▼青少年奉仕委員会・笠井 実 副委員長

本日午後6時から、米山奨学生のミシェルさんと、元財団奨学生の門間さんの歓迎会を開催します。皆様のご参加をお待ちしております。

卓話

「私の健康法」

▼坂本 憲治 会員

昭和59年に、山畑様のご紹介で入会しました。今年で30年になります。これも諸先輩のおかげと感謝しております。

私の職業は、当初職業分類に無く、新たに警備業が設定されました。会社設立は昭和44年で、46周年を迎えています。当時は26歳で、経営については全くの素人でした。

最初の顧客は日本通運という大きな会社でした。臨時警備員として日通に入り、強盗と出合いました。金庫に200人分の給料が入っていたそうです。格闘の末、犯人を逮捕したのですが、警察に引き渡す前に油断があり逃げられてしまいました。その後、現場検証や犯人捜査に協力しましたが、逮捕には至りませんでした。

捜査で何度となく警察へ行き、張り込みにも同行。大変な時間とエネルギーが必要でした。しかしおかげで警察

の捜査や犯人割り出しの方法について、勉強させていただきました。今考えれば、このことが人生に役立っていると思います。これで信用を得て、日本通運との第一号の契約ができました。その後はお客様のご紹介で、順調に業績を伸ばしていきました。

昭和57年に警備業法の改正があり、大阪から4名の講師が任命されました。全国から60名が集まり、たくさんのことを勉強しました。現在では大阪府公安委員会講師として務めさせていただいております。

平成8年に九州のゴルフ場で、右足のくるぶしを骨折してしまいました。1ヶ月後、自宅の階段を松葉杖で下りていたところ、今度は左足を打撲骨折してしまいました。「治すのに骨が折れるな」と先生がおっしゃっていました。

ウォーキングはリハビリのために始めました。朝2時から5時まで、約1万9000歩です。おかげで仲間がたくさんできました。私の所属するサクセスクラブでは1ヶ月の歩数を報告すると、記録として管理してくれます。現在15人で、日本一周に挑戦しています。テーマは「毎日歩いて日本一周に挑戦しよう」。日本一周は約1563万歩になります。

車を頼りに歩行を忘れた人は「運動器不安定症」になり、老後の人生を台無しにします。体を動かす身体器官の働きが損なわれる状態のことで、放置すれば寝たきりに追い込まれます。進行すると骨粗しょう症になりますので、予防のためには毎日足を動かし、足の骨に負荷をかけて筋力を高めるためにできるだけ歩くことです。

筋肉は最大の器官であると知れば、

私たちはもっと筋肉を鍛える重要性に気付くのではないのでしょうか。筋肉は体重の4割を占め、筋繊維という細胞で構成されています。全筋肉の7割が下半身にあることから、下半身は血液の供給源なのです。

下半身の血液の減少を防ぐには、足の筋力を高めること、すなわちできるだけ歩く生活を心がけることです。特に歳を重ねるごとに下半身の筋肉は衰える一方ですので、一日1万歩を目標に歩く習慣を実践し、年老いて寝たきりの介護生活に陥ることは、極力避けるようにしたいものです。

健康の3条件は、1. 運動、2. 栄養、3. 休養。これらの繰り返しが必要です。

人間は、習慣の動物です。何でも良いことは、習慣化していけばよいと思われれます。私が実践できているのは、歩くことを習慣化できたからだと思います。「一日2万歩歩く」と目標設定し、仲間がたくさんできて互いに切磋琢磨しているからでもあります。

ウォーキングの方法

1. 顔は正面、あごを引く
2. 胸をはる
3. 背筋を伸ばして
4. 手を軽く握って、肘の角度は90度
5. 踏み出す方の足の膝をのぼす
6. 歩幅は広く
7. かかとから着地

ウォーキングは何の気兼ねもなく「気楽につきあえる」運動として、今や人気ナンバーワンです。やる気があれば、いつからでも始められます。実際歩いてみると、気分は良くなりストレスが解消する、身が軽くなって元気が出て、肥満も解消、血圧も正常に、行動範

囲も広がり、良いことづくめです。

1日1万歩を歩いて、健康になりましょう。早朝の空腹時は、あめや糖分を補給すること。ウォーキングの生命線は、シューズです。

サクセスクラブには、30年前から参加しています。朝6時からの2時間で実施しています。やる気のある人なら、どなたでも参加できます。谷町と堺の2ヶ所で開かれています。毎回異なるテーマのレッスンを聴いた後、各自5～10分の発表を行います。

人は4つの天才をもっています。1. 忘れる天才、2. 気が変わる天才、3. グズグズする天才、4. 言い訳の天才。これらの天才と手を切るためには、間を置いた反復の原理が必要です。繰り返し継続することが大切です。

一般的にやる気のことを、モチベーションと言います。モチベーションとは「実現されるという信念を伴う、気体にささえられた欲望」と定義されています。常に「成功」という概念と結びついています。人生の成功とやる気のキーワードは、「目標設定」にあります。

目標設定を学び実行するためには、基本的な勉強をする必要があります。ダイヤモンドはダイヤモンドで磨かれます。人間は、人間で磨かれます。ロータリークラブは、親睦と奉仕を通して自己を磨いていく場でもあります。

成功は、英語で「success」。継続、受け継ぐの意味があります。すなわち成功とは、継続するという意味を含んでいます。失敗の原因の90%は、途中であきらめたからであります。

松下幸之助さんは「途中であきらめんと、最後までやんなはれ」とよく言わ

今後の予定

月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日
8				1	2	3	1	2	3	4	5	6	7
					少年少女ニコニコキャンプ				理事会			地区米山セミナー	
4	5	6	7	8	9	10	8	9	10	11	12	13	14
		理事会											
11	12	13	14	15	16	17	15	16	17	18	19	20	21
		(例会休会)										金光八尾文化祭	
18	19	20	21	22	23	24	22	23	24	25	26	27	28
リーダー一研		自然の中で(～22日)											
25	26	27	28	29	30	31	29	30					
					地区財団セミナー								

新世代のための月間

9月

れていました。ヘレンケラーの言葉に、次のようなものがあります。

初めはとても難しいことでも 続けていけば簡単になります

大きな目標があるのに 小さなことにこだわるのは愚かです

人生はどちらかです

勇気をもって挑むか

棒にふるか

最後に、決してあきらめず勉強すれば、人生の宝物を受け取ることができるでしょう。

ニコニコ箱

▼中川(将)会長 インターアクト、青少年の方々金光八尾の川の掃除お疲れ様でした。今西さん、稲田副幹事ありがとうございました。ミッシェルさん、門間君の歓迎会多くの方々の参加あ

りがとうございました。

▼吉本幹事 松本様お世話になりました。鍋島様ようこそ。

▼中島・小谷会員 写真有難う。

▼坂本会員 暑中お見舞い申し上げます。本日卓話させて戴きます。写真有難う。

▼池尻会員 鍋島さんロータリー首を長くし、待ってます。

▼菅野会員 写真有難う。遅刻。

▼宇野会員 8月1日午後7:30より当社屋上にてPL花火を観ながらビアパーティーをします。無料でどなたでもどうぞ！写真有難う。例会欠席お詫び。

▼飯田会員 税務署に徴収されました。9,800円でした。

▼山陰会員 本日例会終了後料亭山

徳にてお茶の会のお稽古がありますので、部員の皆様よろしく願います。

▼長竹会員 鍋島さんようこそ！

▼澁谷会員 ニコニコがいっぱい集まりますように。

▼吉田会員 暑くなりましたので、皆様も体に気をつけて下さい。写真有難う。バッジ忘れ。

▼野村会員 鍋島さんようこそいらっしやいました。期待してます。

▼児林会員 バッジ忘れ。

▼中西(広)会員 写真有難う。例会欠席お詫び。

▼松村会員 SAAよろしく願います。

本日の合計 42,000円

累計 594,000円

今期の目標 3,500,000円



八尾RC Facebookページ www.facebook.com/yaorotary

出席報告

月日	会員数	出席	(内出席規定適用免除者)	出席率	メイキャップ	確定出席率
7/16	60	42	8	77.78%	2	81.48%
7/23	60	38	4	76.00%		
7/30	60	32	6	61.54%		

八尾ロータリークラブ会報

お気付きの点がありましたら、広報委員会までご一報下さい

クラブ広報委員会

委員長 ▼野村 俊隆 副委員長 ▼田中 康正
委員 ▼中西 啓詞 中谷 武男