



2015-16年度 三次ロータリークラブ 会報

クラブ会長テーマ ロータリーの精神を企業に活かしましょう! 題字 常光 英子

2015-16年度 国際ロータリーテーマ

世界への
プレゼントになろう



会長 増田 茂典 幹事 藤原 博巳
例会 ■ 木曜日 / 12:30 ~ 13:30 会場 ■ 三次商工会議所 2F
事務局 ● 三次商工会議所内 〒728-0021 三次市三次町1843-1
TEL.0824-62-3127 FAX.0824-62-9580
E-mail: m-rc@p1.pionet.ne.jp URL: http://miyoshi-rc.jp/

Be a gift to the world
世界へのプレゼントになろう
2015-16年度
国際ロータリー会長
K.R.ラビンドラン
(スリランカ コロンボRC)



国際ロータリー第2710地区
ガバナー
東 良輝
(宇部西ロータリークラブ)



【ガバナー信条と重点方針】「ロータリーの原点に立ち戻り、輝かしい未来の礎を築こう」

- (1) 会員基盤の充実
- (2) 充実した奉仕プロジェクト
- (3) 公共イメージと認知度の向上
- (4) 財団への寄付と地区補助金の積極的な活用
- (5) 米山英学会事業への理解と支援
- (6) 地区とクラブ、クラブ間の円滑な情報伝達
- (7) リーダーの育成

第2439回

— 2016年2月25日例会記録 —

3月3日発行 第32号

本 3月3日	プログラム	奉仕プロジェクト (社会奉仕部会)
次 回	例会	3月10日 (木) 12:30~
次 回	例会場所	三次商工会議所
次 回	プログラム予告	PETS報告/クラブ協議会
会 長	挨拶	● 増田 茂典



みなさん今晚は。寒い日が続いておりますが、皆さまの体調管理はいかがでしょう。インフルエンザの予防接種など注意はしていたのですが、ついに風邪をひいてしまい徐々に2日ほど寝込んでしまいました。幸いにもインフルではないと、今日はお休みですが佐々木医院で昨日お墨付きを頂いたので、本日マスクをして出席させて頂いております。齢とともに風邪をひいたときの辛さが増してきたように思うのですが、皆さまはいかがでしょう。

今朝のテレビで「あいうべ体操」を実践しだしてインフルエンザにかかりにくくなったという神奈川の小学校が紹介されていました。福岡の今井先生が考案された口の体操で、舌周りの筋肉を鍛え口呼吸から鼻呼吸にすることで、免疫力を高めて病気を治す効果や虫歯や歯周病を防ぐ効果もあるのだそうです。興味のある方はぜひ参考にしてください。

さて、今宵は先月末で退会された岸野元会員と本日をもって退会される田中会員の追い出し会を兼ね、後ほど岸野さんには原発について、田中さんには新聞について、お話し頂きたいと思っております。会うは別れの始まりとありますが、お二人のご縁がこの先も繋がっていきますことを願いますとともに、新たにご縁を頂く新たに赴任される方のご入会を愉しみにしたいと思います。最後となりましたがお二人のこれからの活躍をお祈りしつつ本日の挨拶を終わりたいと思っております。

人間本来の鼻呼吸で免疫力アップ
あいうべ体操カード

口と鼻は空気の入口

あ	<p>口を大きく「あ〜い〜う〜べ〜」と動かします</p> <ul style="list-style-type: none"> ● できるだけ大きめに、声は少しでOK!
い	<ul style="list-style-type: none"> ● 1セット4秒前後のゆっくりとした動作で!
う	<ul style="list-style-type: none"> ● 一日30セット(3分間)を目標にスタート!
べ	<ul style="list-style-type: none"> ● あごに痛みのある場合は、「い〜う〜」でもOK!

お風呂で、トイレで、運動中に、観子で、いつでもどこでも思い出しただらってください



例会次第

【点 鐘】 増田茂典 会長

【ソング】 「君が代」 「ROTARY」

幹 事 報 告

- ・創立55周年記念式典・祝賀会出欠表の回覧
- ・ガバナー杯前夜祭出欠表の回覧
- ・新入会員の推薦書回覧
- ・林野庁：林野2月号

出席報告 ● 谷口実男 部会長

先々週(2月11日)の出席報告					本日(2月25日)の出席状況			
会員数	出席者	Make-up	免除者	出席率	会員数	出席者	免除者	欠席
	休		会		41	31	2	8

委員会報告

- ・丸田会員
2月13日、創立55周年記念事業のお礼
- ・灘岡会員
野球部より 練習日と場所について

S A A 報 告

● 花本好正 副SAA

スマイル計 8,000円

氏 名	内 容
増 田 茂 典	本日の夜間例会は岸野さん田中さんの追い出し会を兼ね、岸野さんには原発の田中さんには新聞のネタでお話し、よろしくお願ひします。
田 坂 高 遠	田中さん、岸野さん、お世話になりました。元気で。
田 村 謙 宗	岸野さん、田中さん、お世話になりありがとうございました。ますますのご活躍お祈り致しております。
田 中 紀 昭	3年間お世話になりました。今日は、よろしくお願ひします。
岸 野 聡	本日は、よろしくお願ひします。天野さん後任をありがとうございます。
石 田 光 司 郎	先日、沖縄へ巨人とカープのキャンプを見に行ってきました。泰示は私達の見ている時はヒットを打ちませんでした。昨日の中日との練習試合でホームランを打ちました。1軍の生き残りをかけてアピールしたと思います。
佐 々 木 智	北九州マラソン児玉さんと無事完走しました。

プログラム

夜 間 例 会

～酒と原子力と新聞～



岸野 聡 会員
在籍年数 約2年



田中 紀昭 会員
在籍年数 約3年

