



# MONTHLY

2017. 2.

Vol. 39. No.8.

例会日 毎週火曜日 12:30 ~ 13:30

例会場 ヒルホテル サンピア伊賀

事務局 三重県伊賀市上野丸之内 500  
 ハイトピア伊賀 3 F  
 TEL. 0595-24-3100 FAX. 0595-24-6292  
 URL <http://www.ict.ne.jp/~ueno-rc>  
 E-mail:ueno-rc@ict.ne.jp

編集 会報委員会  
 RI ホームページ RJW. <http://www.rotary.or.jp/>

### 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

## 第64回創立記念例会

クラブ管理委員会 親睦担当小委員長 井本 治見

平成29年1月17日(火) 18時30分に、数名の欠席がありましたが、ご婦人方6名の出席をいただき、市川会長の点鐘で上野ロータリークラブ創立記念例会が、ヒルホテルサンピア伊賀4階「白鳳の間」で開催することができました。

会長挨拶では、年頭のあいさつに続き上半期の報告に続き、残り半年の事業紹介と会員各位のご協力を依頼されました。次に、連続・累積皆出席者表彰では、累積皆出席40年の澤野周勇君をはじめとして4名が表彰され、予定どおりに次第は終了いたしました。

懇親会のオープニングにジュリア&ZZ4によります記念コンサートの一部をスタート、女性ボーカルに4人のZZ(じじー)によりますオールドミュージックを聞かせていただきました。

次に、別所会長エレクトの乾杯の発声で懇親会が始まりました。30分程ご歓談をいただき、記念コンサートの二部をスタートしました。今回の記念コンサートは、市川会長がガバナー杯野球大会(6月4日)の懇親会に参加した時に、演奏をしているのを聞き、創立記念例会でぜひ演奏していただこうと、交渉をしていただき、記念コンサートの運びとなりました。二部も終盤を迎え、会員のみなさんよりアンコールが上がり、「ジョニィへの伝言」を最後に記念コンサートは終了となりました。

予定していた2時間もあっという間に経ち、本城副会長による閉会のごあいさつを終え「手に手つないで」を合唱して懇親会を終了いたしました。

御参加いただきました会員・ご婦人方お楽しみいただけましたでしょうか、ありがとうございます。



## 2月クラブ行事予定

7日	11:00	第8回定例理事役員会
	12:30	例会(3077) クラブの日
	13:40	第2回次年度理事役員会
14日	12:30	例会(3078) 卓話 伊賀市 人権政策・男女共同参画課 主幹兼男女共同参画課長 岩野敬子氏
25日	12:00	例会(3079) 於 ヒルホテルサンピア伊賀4F「白鳳の間」 (21日の振替) 上野ロータリークラブ公開講座 講演会 講師 伊賀市こども発達支援センターセンター長 井上良純氏
28日	12:30	例会(3080) 会員卓話 伊藤康彦君「職業奉仕研修セミナーの報告」

## 〔告知 板〕

### ◎職業奉仕研修セミナー

2月5日(日) 13:00点鐘 於 名鉄グランドホテル

### ◎ギア倶楽部

2月23日(木) 榊原温泉ゴルフクラブ

### ◎2月生まれの会員

2日 吉岡 正巳君 10日 余野部 猛君

26日 桃井 房夫君

22日 左橋 京子さん(ソング)

## 1月例会の一コマ



▲新年正式参拝例会 於 菅原神社 (1/10)



▲R財団 ポールハリスフェロー表彰 福田君 (1/24)



▲累積・連続皆出席表彰



▲クラブアッセンブリー (1/24)



▲乾杯 別所会長エレクト



▲閉会の挨拶 本城副会長



▲手に手つないで

..... 創立記念例会 (1/17) .....



▲会員卓話 伊藤康彦君 (1/31)

## 第7回中・高齢者 健康促進教室 ヘルスアップ事業

社会奉仕委員会 委員長 山出 美材

社会奉仕委員会では、毎年“中・高齢者”を対象に「健康で長生き！」をキーワードに健康増進事業を進めています。

今年度は、少し趣向を変えて（一社）元気づくり大学・（一財）三重県産業衛生協会・三重県・（公社）三重県医師会の主催、協働、後援のもとヘルスアップ事業と銘打ち「元気づくり体験in伊賀」を1月18日（水）に開催いたしました。

日頃元気に散歩や軽い運動をされている方に「ご自分の筋肉や脂肪のバランスを知りたいと思いませんか？」と問いかけ、自分自身の“元気度”を知っていただくきっかけになればと企画したものです。中日新聞や伊賀上野ICTTVの協力もあって当日は38名の参加をいただきました。

この事業の目玉は、【高精度体成分分析装置】を使って自分自身の“健康度”を知ることができるということ。また、歩幅・歩数・速度がわかる【歩行測定】や【血圧測定】もあり、「軽い運動」を通して長く元気に過ごしましょう！ということを最終目標に半日を過ごしました。

【高精度体成分分析装置】というのは、体重計のような形をしていて、そこに乗ってグリップを握ることで数分後には自分の筋肉と



ハマっ子の孫の名もあり祝ひ箸

石橋正行

雨上り皓皓寒の月となる

木津龍平

残寒

（二月自然句会抄）

脂肪の割合や身体強度などがわかる優れたものの装置です。

（一社）元気づくり大学学長の平大氏や保健師で事務局も担当している大澤女史、三重県産業衛生協会の職員さんの協力のもと、参加者全員自分の“元気度”を知ることができました。

これからどのように体を動かして少しでも元気で長く生きていくのか（＝これは、医療費の削減につながります）、自分自身で考えるいい機会になったのではないかと考えております。今後伊賀地域の皆様にもっとPRをして、ずっと続けていきたい事業だと考えています。





# 上野ロータリークラブ 例会記録

## 第3073回 29.1.10 8:30点鐘

### 菅原神社 新年正式参拝例会

- ☑点鐘：市川隆成会長
- ☑司会：福増久史君

## 第3074回 29.1.17 18:00点鐘 曇

### 創立記念例会

- ☑点鐘：市川隆成会長
- ☑司会：福増久史君
- ☑Song：「君が代」、「奉仕の理想」
- ☑ビジターズ：なし
- ☑ゲスト：なし
- ☑出席報告：①本日の出席率 88.23% 欠席者=石橋・宮田・中村・川向の4君。②前々回の修正 100% メークアップ=なし。
- ☑会長報告：\*本日1/17は阪神淡路大震災があった日です。\*本日は64回目の創立記念例会。\*新しい仲間を増やす為会員増強を頑張りましょう。\*親睦家族会の案内。\*本日のアトラクションのバンドは鈴鹿から来てくれました。
- ☑幹事報告：\*親睦家族会の案内。\*後期会費の集金日は1/24。\*発達障害の講演会役割分担について。\*地区職業奉仕セミナー(2/5)に廣澤君・伊藤君が出席予定。\*1/18開催の元気づくり体験の案内。
- ☑委員会報告：なし
- ☑連続・累積皆出席表彰
- ☑ニコBOX：市川(上半期、会員の皆様には大変お力添えを頂き有難うございました。今後ともよろしくお願ひします。ジュリアとジーゾーの皆様、雪の中遠路鈴鹿からお越しいただき有難うございます。素敵な演奏楽しみにしています。誕生日を自祝して)、井本(あけましておめでとうございます。ジュリア&ジーゾーのコンサートをお楽しみください)、丸山(30年連続皆出席を祝して、会社、家族、ロータリーメンバーの皆様に感謝申し上げます)、栗辻(母の葬儀に際しお気遣い賜り有難うございました。早退のお詫び)、山口(誕生日を自祝して)、空森(12月誕生月を自祝して)、磯山(誕生日を自祝して、早退のお詫び)、山下(早退のお詫び)、福田(遅刻のお詫び)の各君。
- ☑卓話：第64回創立記念例会

## 第3075回 29.1.24 晴

- ☑点鐘：市川隆成会長

- ☑司会：福増久史君
- ☑Song：「日も風も星も」、「ペチカ」
- ☑ビジターズ：なし
- ☑ゲスト：なし
- ☑出席報告：①本日の出席率 85.29% 欠席者=山下・川向・別所・稲濱・鉄崎の5君。②前々回の修正 96.77% メークアップ=なし。
- ☑会長報告：\*天気(雪)の話。\*「アメリカファースト」「都民ファースト」「市民ファースト」ファーストとは？\*上半期はIMや地区大会などがあり、下半期は「発達障害の講演会」等クラブの事業がたくさんあります。先日1/18開催の元気作りヘルスアップ事業に参加して、自分の体力や筋肉量や体脂肪を測ってもらい、日頃からの体力作りが大切だと思った。
- ☑幹事報告：\*例会変更。
- ☑委員会報告：\*ギア倶楽部より 日程の案内。出欠の確認のお願い。
- ☑ニコBOX：中村(1/14会員増強セミナーご協力有難うございました)の1君。
- ☑卓話：クラブアッセンブリー

## 第3076回 29.1.31 曇

- ☑点鐘：市川隆成会長
- ☑司会：福増久史君
- ☑Song：「それこそロータリー」、「すきま風」
- ☑ビジターズ：なし
- ☑ゲスト：なし
- ☑出席報告：①本日の出席率 97.14% 欠席者=稲濱の1君。②前々回の修正 100% メークアップ=石橋・中村(地区会員増強セミナー)、川向(台湾新竹市西南RC)の3君。
- ☑会長報告：\*今後のロータリー活動。\*来年度の活動も始まります。\*熊本はまだ復興途上。工事中などまだ通行規制があります。
- ☑幹事報告：\*R財団・米山の確定申告用の領収書がきています。\*例会変更。
- ☑委員会報告：なし
- ☑ニコBOX：堀川(過日は母親の事で気遣いいただき有難うございました)、市川(本城さん有難うございました。伊藤さん本日の卓話よろしくお願ひします)、伊藤(本日卓話させていただきます。よろしくお願ひいたします)、福田(早退のお詫び)の各君。
- ☑卓話：伊藤康彦君「株式の現状と今後の展望」