

MONTHLY

2018. 4.

Vol. 40. No. 10.

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

平成29年度(第8回)中・高齢者健康増進教室開催

社会奉仕委員長 廣澤 浩一

平成30年3月5日、継続事業であります「中・高齢者健康増進教室」がヒルホテルサンピア伊賀で開催されました。この事業は、中・高齢者の皆様が生き生きと健康で日常生活を過ごせることを願って毎年開催をしています。今回で第8回目を迎えた教室ですが、雨もあってかロータリークラブ会員を含め約30名の参加者となりました。

講師の先生方は、河野三千代先生をはじめ山本春美先生、倉益弥生先生の3名で大阪の方からお出ましを頂き熱心にご指導いただきました。今回の講師は、伊賀市のご当地体操「忍にん体操」を創作されたリズム体操研究会の先生方です。

「忍にん体操」は2004年7月のNHK [ハツラツ道揚] をはじめ多くのテレビや新聞に取上げられ、全国のご当地体操の中でも健康の基本である足腰を元気に保つナンバーワンの体操として紹介されています。当時は忍にん体操のCDは売り切れ状態になるほどフィーバーしたことを思い出しました。

午前11時からの教室では、「健康で生活できるためには」のお話を頂き、その後、普段余り使わない足先から腰を中心にしたバランス感覚のとり方や筋の伸ばし方など丹念に指導をいただきました。ゴルフの基本である腰の安定や回転、体重移動の勉強にもなりました。

少し休憩の後、締めくくりに「忍にん体操」を行い、和気藹々の内に心地の良い汗を流してあっという間に90分でありました。最後に講師の先生からは来年も元気に会えますようにと挨拶があり、ロータリークラブには来年も続けて欲しいとの要望も頂き終了いたしました。



4月クラブ行事予定

3日 11:00 第10回定例理事役員会
 12:30 例会(3130) クラブの日
 13:40 第3回次年度理事役員会
 10日 公認休会
 17日 12:30 例会(3131)
 卓話 (株)アドバンスコープ特別顧問
 中子統雄氏
 30日 11:30 例会(3132)
 (月・祝) 中勢・伊賀グループボッチャ大会
 於 ゆめドームうえの

〔告知板〕

- ◎地区協議会
 4月14日(土) 13:00点鐘
 「長良川国際会議場・岐阜都ホテル」
- ◎ギア倶楽部 遠征
 4月12日(木) 賢島カントリークラブ
- ◎4月生まれの会員
 1日 澤野 周勇君 4日 木津 龍平君
 5日 中森 良文君 7日 井本 治見君

3月例会の一コマ



▲ギア倶楽部2月例会 優勝 澤野君 (3/6)



▲ロータリーの友 読みどころ 中坂君 (3/6)



▲卓話 朝日新聞 記者 燧 正典氏 (3/13)



▲移動例会 (ボッチャ研修会) (3/27)



上野・上野東合同例会 (3/20)

2018年会長エレクト研修セミナーに参加して

会長エレクト 本城 高

3月10日、岐阜都ホテルで開催され10時30分の点鐘から昼食を挟んで、延々5時間の勉強会でした。セミナーの趣旨は、次年度会長予定者を、一日でしっかり教育する為の研修会でした。

田山ガバナーを筆頭に歴代のパストガバナー、本年のガバナー補佐、地区委員長の皆さんの50名余の方々に加え、2630地区の次年度会長予定者71名で計141名の参加者でした。

先ず、国際ロータリー会長のバリーラシンのプロフィールはバハマ出身の方でアメリカの医療機関の院長を長く務め全米病院協会の生涯会員でもあります。

会長のテーマは「インスピレーションになろう」
「BE THE INSPIRATION」

なかなか日本語には訳する言葉がなくて、ロータリーアンに対して、「心に火を付ける人、鼓舞する人に成ってほしい」と呼び掛けています。インスピレーションは靈感、ひらめきなどの意味があります。

次年度の木村ガバナー予定者は、「理念をかかげ、意欲を喚起し、共に行動を」・・・と訳されました。

1：理念をかかげ・・・

奉仕の理念を「例会」で学び、職業人としての倫理の向上を互いに切磋琢磨し、その為に例会は「人生の道場」です。

2：意欲を喚起し・・・

3：共に行動を・・・

一部のメンバーの活動ではなく、多くの会員が参加して行うことで大きな効果を得られます。

そのあともいろいろ研修セミナーが行われました。会長予定者は、間もなく来る7月からのスタートを現実と感じた一日でありました。

詣
で
来
て
見
上
げ
る
山
門
初
桜

石
橋
正
行

咲
き
染
む
る
花
に
冷
た
き
雨
の
降
る

木
津
龍
平

春
暖

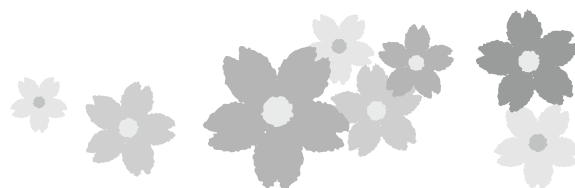
(四月自然句会抄)

「上野・上野東合同コンペ春季大会」成績表

2018年3月20日(火) 於：ルート25ゴルフクラブ

上野順位	NAME	OUT	IN	GROS	H.C	NET	合同順位	次回HC
優勝	宮田 真吾	45	44	89	9	80	2位	6
2位	余野部 猛	44	44	88	1	87	6位	1
3位	丸山 統正	58	54	112	22	90	3位	20
4位	井本 治見	53	55	108	18	90	15位	
5位	別所 泰広	60	48	108	17	91	10位	
6位	稲濱 建夫	56	49	105	13	92	8位	
7位	安田 年道	57	56	113	20	93	22位	
8位	澤野 周勇	49	54	103	9	94	4位	
9位	山口 隆	52	50	102	6	96	17位	
10位	廣澤 浩一	59	53	112	15	97	18位	
11位	桃井 房夫	57	55	112	14	98	11位	
12位	本城 高	51	54	105	7	98	7位	
13位	山下 雅一	61	56	117	15	102	16位	
14位	福田 豊治	59	66	125	17	108	23位	

団体戦 上野クラブ勝利



上野ロータリークラブ 例会 記 録

第3126回 30.3.6 晴

- ☑点鐘：別所泰広会長
☑司会：粟辻寛明君
☑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 97.44% 欠席者=北森隆文の1君。②前々回の修正 95.00% メークアップ=なし。
☑誕生日祝い：左橋・堀川・別所・北森隆文・福田の5君。
☑会長報告：*2/3~3/3ひな人形展示会。*さくらの会、さくら植樹はRC後援。今年50本の植樹。*11月~12月、R財団補助金申請受付。
☑幹事報告：*理事役員会の報告*中高年者、健康体操開催。3/5(月)11:00~13:30 於ヒルホテルサンピア伊賀。*3/20上野・上野東合同例会18:30~です。於ヒルホテルサンピア伊賀。*3/27移動例会 於「ゆめドームうえの」ポッチャ体験。*3/3クリーンウォーキング。1名参加。*3月行事予定。*4/30中勢・伊賀ポッチャ大会開催。(4/24の例会変更になります)*ロータリーレート3月1ドル108円。*例会変更。
☑委員会報告：*ギア倶楽部2月例会優勝表彰 澤野君。
☑ニコBOX：福増(昨日は健康体操の参加有難うございました。少し筋肉痛です)、廣澤(3/3クリーンウォーキング、市川君ご参加ありがとうございました。3/5中・高年齢者健康増進体操教室メンバー7名参加頂き有難うございました)、別所・福田・左橋(誕生日を自祝して)、北森徹(早退のお詫び)、市川(早退のお詫び)。次週例会欠席のお詫び)の各君。
☑ロータリーの友読みどころ：中坂君
☑卓話：クラブの日

第3127回 30.3.13 晴

- ☑点鐘：別所泰広会長
☑司会：粟辻寛明君
☑Song：「我等の生業」、「この広い野原いっぱい」
☑ビジターズ：なし
☑ゲスト：朝日新聞記者 燧正典氏
☑出席報告：①本日の出席率 87.18% 欠席者=廣澤・小坂・伊藤・山口・市川の5君。②前々回の修正 100% メークアップ=南出(地区新会員研修セミナー)、堀之内(上野東)の2君。
☑会長報告：*雲雀の泣き声が聞こえると春が近づいている。*奈良の東大寺お水取りの話。*2/6の台湾東部地震の義捐金をお願いします。
☑幹事報告：*3月27日、ポッチャ体験移動例会(ゆめドームうえの)と、4月30日の中勢・伊賀グループのポッチャ大会の出欠確認を回します。ご参加よろしく申し上げます。*例会変更。
☑委員会報告：なし。
☑ニコBOX：別所・吉岡(燧正典様、卓話よろしく申し上げます)、木津(燧正典さん、お忙しいところ卓話ありがとうございました。伊賀上野を外から見てストレートに言っていただきますように)、北森隆文(誕生日を

自祝して)、北森徹(早退のお詫び)の各君。

- ☑卓話：卓話 朝日新聞記者 燧正典氏
「外から見た伊賀」
*伊賀の人の良いところは外部の人に対して壁を作らないし、好意的で優しい。新聞をよく読む。芭蕉と忍者等、世界に誇れるものがある。
*伊賀の人の悪いところは少し井の中の蛙であるところがある。公共交通機関をあまり利用しない。忍者や芭蕉といったPRするものがあるのに、まだまだPR不足に感じる。

第3128回 30.3.20 雨

上野・上野東合同例会 18:30点鐘

- ☑点鐘：別所会長(上野RC)
☑Song：「君が代」、「奉仕の理想」
☑ビジターズ：なし
☑ゲスト：第2630地区ガバナー 田山雅敏氏
☑出席報告：①本日の出席率 95.0% 欠席者=小坂・北森隆文の2君。②前々回の修正 100% メークアップ=北森隆文(名張)の1君。
☑会長報告：*本日の合同ゴルフコンペの話。*日日は好日の話。
☑幹事報告：*次回3月27日は移動例会で12:30~(ポッチャ研修例会)です。場所はゆめドームうえののです。よろしく申し上げます。
☑ニコBOX：森・伊藤・中井・戸上・恒岡弘二(上野東)(本日はお世話になります)、小林(上野東)(本日、合同ゴルフコンペ参加の皆様、寒い中お疲れ様でした)、別所(合同ゴルフコンペ参加の皆様、お疲れ様でした)、伊藤(先週欠席のお詫び)の各君。
☑卓話：2630地区ガバナー 田山雅敏氏
合同夜間例会

第3129回 30.3.27 晴

移動例会 例会場 ゆめドームうえの

- ☑点鐘：別所泰広会長
☑司会：粟辻寛明君
☑ビジターズ：宮上AG(津)
☑ゲスト：なし
☑出席報告：①本日の出席率 97.29% 欠席者=磯山の1君。②前々回の修正 100% メークアップ=廣澤・小坂(健康体操)、伊藤(名張)、山口(地区会長エレクト研修セミナー)、市川(クリーンウォーキング)の5君。
☑会長報告：*4/30開催の中勢・伊賀ポッチャ大会に向けて本日はポッチャ研修例会です。*ポッチャ競技の簡単な説明。
☑幹事報告：なし
☑委員会報告：なし
☑ニコBOX：宮上AG(津)(平素は別所会長様を始め、上野RCの会員諸兄には大変お世話になっております。この度はポッチャ大会開催に当たり、多大なるお世話になり重ねて厚くお礼申し上げます。)
☑卓話：ポッチャ研修会