



2018-'19

Weekly Report

2018/1/9

19

BE THE INSPIRATION RI 会長 バリー・ラシン

クラブ会長テーマ 進化の足跡を残そう

創立 50 周年記念事業



▲ 時計塔の除幕式



▲ 谷保駅北口に時計塔を寄贈

▲ 除幕式後の記念撮影

創立 50 周年記念事業のひとつ『南武線・谷保駅北口に時計塔を寄贈』の除幕式が、12月20日10時30分から開催された。市からは永見市長が出席され、当クラブの喜連元昭会長はじめ、小澤孝造創立 50 周年記念実行委員長。それに会員約 30 名が紅白の紐を引くと、セイコウ製の 3 面の時計が青空に輝いて姿を見せた。



▲ 創立 50 周年記念植樹

創立 50 周年記念植樹は、12月20日午前 11 時から、時計塔の除幕式に続いて大学通りで行われた。植樹の場所はケンタッキーフライドチキンの反対側の緑地帯で、大学通りのサクラの 7 号(台風 24 号で倒木したあと)で、4 mほどの「ジンダイアケボノ」という品種を植樹した。



▲ 鋤入れ式を行う永見市長と小澤実行委員長

RI 第 2750 地区 多摩中グループ

Rotary



東京国立ロータリークラブ

会長 喜連 元昭

幹事 小澤 崇文

例会日：毎週水曜日

例会場：谷保天満宮社務所 2 階 東京都国立市谷保 5209

事務所：東京都国立市谷保 5234-1 TEL:042-575-0770 FAX:042-572-8666

E-MAIL: kunitachi-rc@sage.ocn.ne.jp WEB: http://kunitachi-rc.com/

会報委員：岡本 貞雄・平川 貴浩・遠藤 直孝・千葉 伸也

第 2391 回例会報告

日 時：平成 30 年 12 月 12 日（水）

会 場：例会場

司 会：S A A

杉田委員

開会点鐘

喜連元昭会長

斉 唱：ロータリーソング「奉仕の理想」

お客様の紹介

喜連元昭会長

佐藤 良彦様 公益財団法人 真向法協会 会長

鈴木 祥祐様 東京立川 RC

会長報告

喜連元昭会長

20 日の 10 時から時計塔の除幕式・桜の鋤入れ式の予定をしております。鋤入れ式は国立市長が参加されるため 11 時としていましたが、10 時 45 分からに変更いたします。

幹事報告

小澤崇文幹事

●塞の神どんど焼き 第 2 回実行委員会

日時 12 月 14 日（金）19 時

場所 谷保天満宮

出席 社会奉仕委員会（実行委員 5 名他）

●年末になりますので、メールボックスを綺麗にしてお帰りください。

委員長報告

●青木国際奉仕委員長 今年度のカンボジア教師育成支援の贈呈式が 3 月にあります。その際に、現地で不足している文具を寄付するため、ご家庭にある不要な文具を年明けにお持ちください。送付いたします。

●北島清高社会奉仕委員長 塞の神どんど焼きのご案内を配布しました。皆様方のご協力をお願いします。

14 日の実行委員会には 5 名でいきます。実行委員会

として、協賛金のご協力をお願いします。

●鈴木親睦活動委員長 19 日の年忘れ家族例会は 18 時点鐘です。委員の方は 16 時 30 分より準備いたします。よろしくをお願いします。

●関重寿 50 周年総務財務委員長 記念式典にご家族宛のご案内を配布しました。ご家族は無料ですが、奥様またはご主人お 1 人です。当日はお手伝いをお願いいたします。参加者は 1 月末までにお知らせください。

ニコニコ BOX

本多親睦活動委員

●喜連元昭会長 真向法協会の佐藤会長のお話を大変楽しみにしております。東京立川 RC の鈴木祥祐様ようこそお越し下さいました。

●小澤崇文幹事 本来の寒さになりました。スキー場には嬉しい天候ですが、我々にはつらい陽気になりました。来週には「年忘れ家族例会」ご自愛下さい。

●津戸最会員 真向法の佐藤先生のご来訪、立川 RC 鈴木さんのご来訪心より歓迎いたします・

●小川会員 本日は真向法協会会長 佐藤良彦会長ご多忙の中、卓話にお越し頂きありがとうございます。皆様も一緒に身体を若く保てますよう簡単な体操ですので始めてください。立川 RC 鈴木様ようこそおいで下さいました。

●杉田会員・岡田会員 真向法協会会長 佐藤良彦様のご来訪ありがとうございます。健康力アップのお話を楽しみに伺いいたします。

●鈴木会員 来週は年忘れ家族例会です。宜しく申し上げます。親睦委員は 16 時 30 分集合です。

*ニコニコ BOX 合計 25,000 円 累計 1,069,000 円

出席報告

近藤出席奨励委員

11 月 21 日 在籍 51 名中 出席 35 名

前々回(11 月 28 日) 出席率 96.08%

閉会点鐘

喜連元昭会長

「迎春」の横断幕の設置作業

年末恒例の「迎春」の横断幕の設置作業は 12 月 25 日、多数の会員が参加して行われました。



「健康づくりのための真向法」

公益財団法人 真向法協会 会長 佐藤良彦氏



■講師の紹介

小川誠会員

佐藤会長は津戸宮司と同じ歳です。国立の真向会は矢澤会員のおじいさんからの声掛けで始まり、私は会長の送迎役があったことも長続きた要因です。現在、喜連会長も会員で柔らかくなりました。その他にも何人かいらっしゃいます。段級があり一つの励みになります。早速、本日参加の意思をされた方がいます。皆様に実践をしていただきたいと思います。

■真向法体操のお勧め

佐藤良彦

本日は二度目のお招きです。ご紹介を頂きました小川誠会員様並びに当会会長様はじめ関係各位に衷心より感謝申し上げます。RCは正にステータスシンボルです。再度の招聘はこの上もなく光栄の極みでございます。本当にありがとうございます。

真向法は、昔、東京都知事、鈴木俊一先生のパフォーマンスにより一躍有名になりました。当時81歳の鈴木候補、壇上にて促され、立ったまま前屈、両手がピタリと床に着きました。この年齢でこの柔らかさ、都民は驚き且つ羨望の的となり、磯村尚徳対立候補を百万票の大差を付けて四選を果たしました。

あれ以来、真向法は市民権を得て、今では愛好者推定三十万人とも五十万人とも言われるまでに発展しました。

さて、真向法はたったの四種類の体操です。あどけない赤ちゃんは、いともたやすく真向法はできます。成長して少し理屈を覚え始めるようになると、体は硬くなり真向法は痛い体操だと言います。赤ちゃんは少しも痛がりません。そして最後は「死後硬直」といって全く動かなくなるのです。

だから、今皆さんの体の柔軟度は「どの辺り」にあるか？柔らかければ赤ちゃんに近い位置にあり「若い」と言えます。硬ければ「あちらの方に近い」と言われても仕方ありません。従って、真向法は「赤ちゃん」がお手本であり、「お辞儀」の要領で朝夕三分間テレビでも観ながら励行すればよいのです。丁寧なお辞儀は体育的には腰の完全屈曲運動なのです。そして、完全呼吸法で

もあります。

何年も「継続は力なり」です。処が、なかなか「継続は大難あり」で続きません。鈴木俊一知事は五十歳代でご縁があり九十九歳で天寿を全うされました。

今日ご縁を頂きました皆様方のご挑戦とご継続を心からお祈り申し上げます。

