



国際ロータリー第2700地区 行橋みやこロータリークラブ

「ロータリー、継続活動と変化」
2022-2023年度 第2700地区
ガバナー 西島英利

“強い絆で、祈る平和”
2022-2023年度 行橋みやこRC
会長 山田千恵

本日のプログラム

- ◆開会「点鐘」
- ◆ロータリーソング「我らの生業」
- ◆お客様・ビジターご紹介
- ◆会長の時間
- ◆幹事報告・委員会報告
- ◆社会奉仕委員会
- ◆ニコニコBOX
- ◆閉会「点鐘」

4月は母子の健康月間

【金澤隆広報公共イメージ委員長活動方針】

ロータリー活動を通して、一般社会の人々にクラブの存在や活動内容の情報発信をして理解を深めていき、コミュニケーションを図る

例会予定

- ◆4月26日(水)職業奉仕委員会
- ◆5月 3日(水)休会(祝日)
- ◆5月10日(水)出席奨励委員会
- ◆5月17日(水)青少年・RA委員会
- ◆5月24日(水)ロータリー財団委員会
- ◆5月31日(水)休会
- ◆6月 7日(水)プログラム委員会

出席報告

会員数:55名 メークアップ:3名
欠席者:17名 出席率69.09%
お客様: 角田純代様

4月のお誕生日

西村 勝R(2日)・柏木純二郎R(20日)
石塚貴仁R(22日)
吉元 歩様(1日)・沖永典子様(20日)
内田美智子様(22日)・岡崎博美様(24日)
大原美樹子様(26日)

【会長の時間】



みなさん、こんにちは。先週はミサイルが北海道に落下するとJアラートが発信されてとうとう日本も有事体制に突入するのかと不安がよぎりましたが、結果、日本の領地内に着弾しなくて安心しました。もし、仮にということがあり得る未来がすぐ近くに来ているのを実感した先週でした。さて、私達は日々、自分が信じた予想に基づいて行動していると言えます。例えば、車を運転している時に前を走っている車は道路交通法を遵守していると信じて後続して走ります。まさか、突如として違反して危ない行動に出るとは考えていません。また、朝、元気に「行ってきます」と叫んで登校した子供が当たり前のように「ただいま」と返ってくると信じています。他の家族も同様に朝、家を出ると普段道理、家に帰ってくるだろうと信じています。

究極は友人から「財布をうっかり忘れて、少しお金を立て替えてくれないか、後で返すよ」と言われて、「大丈夫、出しとくよ」と即座に答えて応じます。信頼がそこには存在します。私たちが信じて行動できる根拠は何なのか、そしてもしその信用が崩れた時に我々はどうして行動すべきかと常に考えていく必要があると思います。それは、リスク管理とよく言われていますが、組織の中では当たり前です、しかし個人のレベルだと、常にリスクを考えて行動するのは精神が疲弊して強迫観念にとらわれて家から出られなくなります。ともすると、その家でさえ災害の危険に合うかも知れないと落ち着いてはいられないと思います。つまり、私たちが平和に暮らせるのは、何かしらの信用と信頼がそこにしっかりと存在しているからです。日本が他国に攻め込まれたとしたら、自衛隊やアメリカが守ってくれるだろう。前を走っている車はちゃんと法律どおりに運転してくれて自分は安全に目的地までたどり着くことができるだろう。

●創立…1984年4月3日
●例会日…水曜日(12:30~13:30)
●例会場…みやこホテル Tel 0930-23-1800 行橋市宮市町9-18
●事務局…〒824-0005 行橋市中央1丁目9-50(行橋商工会議所 別館1階)
TEL0930-25-0655 FAX0930-25-5700 E-mail:info@ym-rotary.club

●会長……山田千恵
●副会長……石田之茂
●幹事……原田和博
●会報雑誌委員長…長尾浩史
●URL: <https://ym-rotary.club>

「ただいま」と言って帰ってきた子供に、無事に帰ってきて胸を撫でおろすことはなく、「今から宿題をするんですよ」と激を飛ばすでしょう。お金を貸した友人には、自分も同じようなことで借りたい、きつと近日にはお金を返してもらえると平常心でいられると思います。信用に足る生活は一言で平和な世の中だと言えます。この平和な日本を次の世代まで存続させていくことが、現代を生きる我々の責任と感じます。しかし、ミサイルがいつ飛んでくるかもわからない世の中になったのは、非常に残念です。平和な日本が少しずつ、変化していくようで、そんな不安に目を背けながら、根拠もなく多分大丈夫だ、と言い聞かせて祈るしかないと感じてしまいます。以上、山田でした。

【幹事報告】

・今期会計の内田Rが体調不良のため、会計を交代するようになりました。理事会で審議した結果、次の会計は有門信芳Rに決まりましたのでご報告いたします。



次年度幹事

・本日例会終了後、写場にて被選理事会開催します。小員会開催について、定期で理事会・被選理事会が有りますので例会後の開催については理事との打ち合わせをお願いします。また、炉辺会合直前に行く予定の委員会については、新しいことをお粉場合は基より前年度の内容を引き継ぐ場合でも検証・改善がある場合は複数回小委員会を行う必要があります。理事・委員長で見極めて日程設定をお願いします。

・次年度の地区協議会のお知らせが届いています。例年通り役職ごとに義務出席を求められていますが、過去に出席を求められていなかった委員会やオンラインでの出席が可能な委員会もあります。改めてご案内をしますのでご確認ください。



【委員会報告】

社会奉仕委員会

皆さん、こんにちは。献血のお願いです。



実施日：4月19日・水曜日
受付時間：10時～12時/13時～16時
会場：コスタ行橋 駐車場
皆さんのご協力をお願い致します。

次年度国際奉仕委員会

皆さん、こんにちは。次年度国際奉仕委員長の上野です。本日、例会終了後活動方針・予算・炉辺会合について小委員会を致しますので、来期の国際奉仕委員の皆様は残っててください。



次年度職業奉仕委員会

次年度職業奉仕委員長の浅倉です。国際奉仕委員会同様、来期について話し合いを致します。例会終了後、次年度職業奉仕委員会の皆様は1階喫茶にお集まりください。



次年度親睦委員会

皆さん、こんにちは。次年度親睦委員長の有門です。次年度親睦委員会の「活動方針」「予算」についての小委員会を例会終了後、例会場で行います。次年度親睦委員の皆様は、ご出席宜しくお願いします。



親睦委員会

【いい人誕生日】



【本日のプログラム】

広報公共イメージ委員会

委員長 金澤 隆R

皆さん、こんにちは。

本日は外部卓話で、お話を
して頂く方は、リンパマッ
サージの角田純代先生です。
健康面でもとても詳しくて、
大変ためになる卓話になる
と思います。角田様、宜しくお願ひ致します。



エステリンパサロン
Syum Syum
角田 純代 様

創業20年の安心していただけるスクールです

必要とされるセラピストのためのスクール

正しい知識と技術を持ったセラピストを
必要としている「人」と「場所」があります



初心者も安心の「マンツーマン指導」
技術だけでなく「解剖生理学」も学べる
卒業後も安心の「就労支援」

事業内容

セラピスト育成
セラピスト就労支援
介護事業所様などリンパセラピスト派遣
子供の健康マッサージ
セルフケア講座開催

JPMリンパ協会



<https://jpmlymph.com/>

ストレス脳とパフォーマンスの関係

経営者は日に何度も決断をしなければいけません。
ある研究で選択と決断の実験（一方のグループは選
択することなく決まった物を受け取る、一方では数
ある中から選択決断させ受けとる）の結果、些細なこ
とでも決断を行うことによって体力テストで低い点
数となり

「沢山の判断を下すうちに疲れてしまい、その後の活動でパフォーマンスが落ちる」という
ことが判明しました。



スティーブジョブズなど優秀な経営者が同じ洋服をいくつも用意し、選択決断することな
く同じスタイルでいるということも脳を疲れさせる原因を取り除くためと言われています。

私たち経営者は、やはりいくつも判断を行う機会があります。

その時に、少しでも日々脳の疲れを取り除いていく事が経営者としてのパフォーマンスを
上げるためには必要なことです。

経営者に必要な決断力を上げるヘッドマッサージ

頭は前頭、後頭、側頭、頭頂と大きく分けられます。中でも前頭はストレスの影響を受けや
すい部位になります。寝る前に前頭部だけでもほぐしてから眠るようにしましょう。
また、後頭は目の疲れの溜まりやすい部位です。パソコンを使い過ぎた時などは後頭をしっ
かりほぐしましょう。

1：髪の毛の生え際から頭頂に向かってほぐしていきましょう

2：後頭部、頭蓋骨のキワにかけてほぐします。耳の下から中央部に向かって満遍なくほぐ
していきましょう。

3：頭全体を両手の指の腹で包み持つようにしてマッサージ。頭頂に向かって満遍なく全体
をほぐします。

人財の健康に目を向ける

経営者だけでなく、会社で働いていただいている社員の皆さんに
いかに良いパフォーマンスを発揮してもらうためにも、セル
フケアや定期的なマッサージによる疲労回復を支えることが、
より優秀な人財を確保するために必要なことと思います。



JPM リンパ協会は、企業様の福利厚生の一環としてセルフケア講座や、会社へのセラピ
スト派遣も行っておりますので、人財投資をお考えの方はお声掛けください。



角田 様、大変貴重な卓話、有難うござ
いました。

【山華会より】

令和5年4月13日（木）12時00分～うおいちさんにて
山華会第2例会を行いました。今回は金澤隆Rを迎え、
よくある事故事例とその対処法などをお話して頂きま
した。



為になるお話と、美味しい食事と
楽しいひと時を過ごす事が出来ました。
次回は最終例会を6月に予定しております。

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

ニコニコBOX

山田千恵R:角田様、貴重なお話有難うございます。
たるみがすごく気になりますので、今度予約したい
と思います。

原田和博R:角田様、本日はありがとうございました。
次年度役員、理事、委員長の皆様が忙しくな
るのが懐かしかったです。皆様、頑張ってください。

有門功太郎R:角田様、楽しい卓話ありがとうございました。
金澤さんを触りすぎないよう、お願いします。

石田之茂R:角田様、本日は卓話ありがとうございました。

大鶴修二郎R:ニコニコゴルフで優勝しました。賞
金を全部ニコニコします。

岡崎慎一R:奥様誕生日、ありがとうございました。

緒方正憲R:4月1日に九州選抜中学校体重別大
会で、卒業生の子が福岡代表で出場して福岡県
が優勝しました。

金澤 隆R:角田様、本日は卓話ありがとうございました。

木村謙一R:角田様、卓話ありがとうございました。

二十二豊R:卓話ありがとうございました。

竹下元氣R:来週の献血、宜しく願い致します。
角田様、卓話ありがとうございました。

田中聰樹R:皆様の応援のお蔭で義理の息子が
福岡県議に当選しました。ありがとうございました。

友住優介R:週報に載せて頂いて有難うございま
す。ふざけてすみません<(_)>

松井明男R:角田様、卓話ありがとうございました。

安永結美R:お弁当の注文ありがとうござ
いました。シェリーズの人気メニュー
のガパオライスです。



ニコニコBOX

4月12日の合計26,000円

累計857,076円

近 隣 R・C への メークアップ の ご 案 内

月曜日・・小倉中央R.C 「リーガロイヤルホテル小倉」
火曜日・・行 橋 R.C 「みやこホテル」
火曜日・・小倉南R.C 「リーガロイヤルホテル小倉」
水曜日・・田 川 R.C 「料亭 あおぎり」
水曜日・・小倉東R.C 「ステーションホテル小倉」
木曜日・・豊 前 R.C 「ニューいずみ」
木曜日・・苅 田 R.C 「ブルーポートホテル」
金曜日・・小 倉 R.C 「リーガロイヤルホテル小倉」
金曜日・・豊前西R.C 「築上町リサイクルプラザ」
土曜日・・福岡城東R.C 「ホテル日航福岡」