



国際ロータリー第2700地区行橋みやこロータリークラブ

「ロータリーを開き、ロータリーを前進させよう」
2023-2024年度 第2700地区
ガバナー 吉田知弘

会員が一丸となって手を取り合って
未来へ繋げて行こう！
2023-2024年度 行橋みやこRC
会長 緒方正憲

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
- ◆青少年奉仕委員会
- ◆ニコニコBOX
- ◆閉会「点鐘」



11月はロータリー財団月間

【ロータリー財団委員会 進 晶和委員長活動方針】
会員の皆様にロータリー財団の活動を理解して頂き、補助金等の活用等を勧めていきます。
【活動内容】
1.卓話による勉強会を行う。
2.地区補助金、グローバル補助金の活用を勧める。
3.財団への寄付のお願い。

例会予定

- ◆11月22日(水)長期計画委員会
- ◆11月29日(水)休会
- ◆12月6日(水)年次総会
- ◆12月13日(水)クラブ協議会
- ◆12月20日(水)クリスマス夜間例会
- ◆12月27日(水)休会
- ◆1月3日(水)休会

出席報告

会員数:56名 メークアップ:1名
欠席者:19名 出席率66.07%

お客様:秦江さん(米山奨学生)

11月のお誕生日

沖永義樹R(17日)・緒方正憲R(24日)
村上歩己R(24日)
田渕優子様・橋本俊子様
木村葉子様・有門幸子様
原田真里香様・長尾朋美様
江本京子様・松山富士香様

【会長の時間】



皆さん、こんにちは
今日は、運動の話を
したいと思います。
運動しないで食べな
いダイエットがあり
ますけど年を取って
高齢になってくると
骨の密度がなく軽い

転倒をしたりすると骨がもろいので骨折する事が多い
です。子供の学力とスポーツでも運動している子供達
の方が体力調査の結果、成績が高い子供の方が学力も
高いとされています。

これは、スポーツすることによって集中力が身についている事もあり勉強でも集中しやすいという結果です。
年を取っていくと基礎代謝量が減っていき高校生ぐら
いが基礎代謝が一番高く 20代～40代までは少しづつ
減っていき 50代からはかなり減っていきます。

基礎代謝を上げるには筋トレや運動をして筋肉量を上
げると基礎代謝は上がります。

50代の平均は 1300～1400 ぐらいの基礎代謝です。
自分は 40代の時は 2400 で今はだいぶん落ちて 2000
ぐらいあります。筋トレや運動してるので 50代の平
均と比べると高いと思います。

基礎代謝とはなんだろうかと言うと人が生きていくための最低限のエネルギーです。基礎代謝が 1400 ぐ
らいの人が食事で 1400 以上のカロリーを取り過ぎると
肥満になっていきますのでカロリーを取り過ぎな人は
運動をしてカロリーを消費しないといけません
筋肉量を増やすと基礎代謝も上がり有酸素運動をす
る事で脂肪の燃焼も増えてダイエットにはなります。

皆さんも軽い運動や有酸素運動などをして健康の維持
をしてほしいと思います。

以上会長の時間でした。



- 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…緒方正憲
- 副会長…松山貞徳
- 幹事…長尾浩央
- 会報雑誌委員長…安永結美
- URL: <https://ym-rotary.club>

【幹事報告】

①理事会の報告があります。11月、12月の例会の内容の確認です。各委員会から何か特別なことがあればご報告があると思います。クリスマス例会のことなどがありますのでご報告をお待ちください。



加えて、行橋駅前のイルミネーション点灯式のことで、行橋観光協会から協賛のお願いをいただきましたので、一口5000円ですが協賛をするように進めております。以上です。

②本日例会終了後、写場にて理事会を行いますので宜しくお願ひ致します。

【委員会報告】

40周年実行委員会

本日例会終了後、事前にご案内しております第1回目の実行委員会を開催したいと思います。みやこホテルの一階喫茶店の方で行いたいと思いますので、例会終了後速やかに集まつていただきたいと思います。よろしくお願ひいたします。



親睦委員会

例会終了後、この階のロビーで委員会をしたいと思いますので、親睦委員会の方でお時間のある方はご参加をお願いいたします。



米山記念奨学委員会



米山使用学生の秦江さんに米山奨学金が渡されました。



先月は広島へ研修旅行に参加して、石田Rのおかげで楽しい旅行ができたと思います。それから一昨日は有門Rがおいしい食事に連れて行ってくれて、安永Rと藤原Rと中村さんと一緒にお話しできて、とても楽しかったです。ありがとうございました。今月は引っ越しもあってバタバタして忙しくなりますが、頑張っていきたいと思います。ありがとうございました。

【本日のプログラム】

ロータリー財団委員会

委員長 進 晶和R



皆さん、こんにちは。本日は当クラブの会長エレクトでもあり、第2700地区ロータリー財団委員会副委員長の村上様に卓話をお願ひしております。宜しくお願ひ致します。

第2700地区ロータリー財団委員会

副委員長 村上哲二R



皆さん、こんにちは。本日は前回9月6日の卓話の続きをしたいと思います。9月6日の卓話ではシェアシステムと補助金という項目をお話しましたが、時間の都合上、全部話しておりませんでした。今日は続きの寄付についてお話したいと思いますが、宜しくお願ひ致します。

これらの事業は皆様のご寄付にて成り立っています！

寄付の種類

・年次基金

指定がなければ、通常こちらに寄付されます。3年間投資された後、地区に戻ってきます。

・恒久基金

寄付金は投資され、元金が支出されることなく、投資益のみ使用されます。

・使途指定寄付

ポリオや災害救援基金などへの寄付です。

ロータリー財団 寄付の認証種類



ポール・ハリス・フェロー

年次基金、ポリオプラス等へ累計1, 000ドル以上寄付された方。

マルチブル・ポール・ハリス・フェロー

年次基金、ポリオプラス等へ累計2, 000ドル以上寄付された方。

メジャードナー

寄付分類に関係なく寄付の累計が10, 000ドルに達した個人または夫妻。

ポール・ハリス・ソサエティ

年次基金等へ毎年1, 000ドル以上寄付を約束された方。

ポリオ・プラス・ソサエティ

ポリオプラスへ毎年100ドル以上寄付を約束された方。

アーチ・クランフ・ソサエティ

寄付分類に関係なく寄付の累計が250, 000ドルに達した個人または夫妻。

ベネフェクター

恒久基金に累計1, 000ドル以上寄付をされた方など。

遺贈友の会

遺産計画で10, 000ドル以上の寄付を誓約した個人または夫妻。

冠名基金は恒久基金の一つです。

恒久基金は増え続ける奉仕活動を永続的に支援するべく、その活動資金を恒久的に確保し財政を安定させる。

恒久基金への寄付は投資され、元金が支出されることなく、投資益のみ使用されます。

恒久基金へ\$25,000以上ご寄付の場合、寄付者または特定の方のお名前が付いた冠名基金を設置でき、寄付先を指定できます。

冠名基金は個別で管理されます。

基金に寄付を追加することもできます。

寄付金額によって寄付先の条件が変わります。

・寄付の推進

目標 年次基金 150ドル/人 ポリオ 30ドル/人 合計180ドル/人

2700地区 近年の寄付額 17-18年度 118ドル/人

18-19年度 123ドル/人

19-20年度 125ドル/人

20-21年度 128ドル/人

21-22年度 132ドル/人 (大口寄付除く)

・ポールハリスソサエティ (PHS) 入会 推進

会員数10%目標 2700地区 112名 ➡ 前年度 7名入会 119名

・寄付ゼロクラブゼロ 推進



ロータリー財団補助金セミナー 年2回開催

① ロータリー財団資金管理セミナー 毎年9月開催

補助金の立案計画のための勉強会

② ロータリー財団補助金セミナー 每年1月開催

補助金申請説明 受講が申請条件の一つ



世界でよいことをしよう

アーチ・C・クランフ



月信11月号の表紙です。

ロータリー財団の設立者

アーチC. クランフ

アメリカペンシルベニア州生まれ。オハイオ州で事業を成功させた後、1911年「クリーブランド・ロータリークラブ」の設立会員となる。1913年にはクラブ会長となり、1916年国際ロータリーの会長に就任。ロータリーの標準定款・細則作成の責任者であったこと、地区ガバナー職を創設したこと、また年次地区大会等、現在のロータリーの基本的な仕組みを作ったことにより、ロータリーの組織づくり強化に大きく貢献。RI会長任期の終わりに近づいた1917年のアトランタ大会で、クランフはロータリアンに「ロータリーは今、新たな時代に踏み出している。これまでに形づくられた輝かしい原則を実践するための運営手法の改善が、私たちに求められている」と呼びかけ、そのひとつが基金の設立、すなわち後のロータリー財団の設立となる。



ニコニコBOX

緒方正憲R：村上委員長卓話ありがとうございます。阪神も三十数年ぶりの優勝で、関西方面は景気が上がると言われているので、福岡にもその効果が来てほしいなと思います。

長尾浩央R：村上地区委員長、卓話ありがとうございます。マイロータリーを開くと唯一といつていい個人の情報、皆さんそれぞれの情報を見ることができます。それは財団の寄付額だったりします。入会されてからどれだけ累計されているのか見れますので見てみると楽しいです。長女、灯万里が風邪をひきました。寒暖差が大きく、体調に気を付けねばと、身を引き締めます。

石田之茂R：村上さん今日は卓話ありがとうございます。秦江さんとの食事会を有門Rから誘われていましたが、急にメーカーとの話し合いが福岡の方でありますとキャンセルしました。残念でした。

大鶴修二郎R：村上様、卓話有難うございました。

工藤茂美R：村上Rありがとうございます。それとお弁当もありがとうございました。

進 晶和R：村上副委員長、卓話ありがとうございます。山本副委員長ありがとうございます。岡崎副SAA、頑張ってください。財団の募金活動にご協力をねがいいたします。

西村真人R：村上R、完結編ありがとうございます。進委員長、山本副委員、ご苦労様でした。

藤井賢治R：「塵も積もれば山となる」

藤原妃呂R：村上地区財団副委員長、卓話有難うございました。有門米山委員長、秦さんとのカウンセラー食事会企画、有難うございました。有門Rごちそうさまでした。

ニコニコBOX

松井明男R：村上様、卓話有難うございました。本日夜第一グループの社会奉仕委員長を集めての懇親会を青い林檎で行います。その時も特別ゲストで財団の副委員長であります村上Rに講演をお願いしておりますので、よろしくお願ひいたします。

村上哲二R：ご清聴いただき、ありがとうございます。財団へのご支援お願いいたします。

今日は内部卓話のつもりでしたが、思わずお土産をいただきました。いつもならその分余計にニコニコするんですが、今日はその分はボリオの方に寄付させていただきますのでよろしくお願ひいたします。

山口剛志R：村上さん今日は卓話ありがとうございます。ちょっと分かりにくかったので次回は財団委員長に是非なって卓話をお願いいたします。



ニコニコBOX

11月8日の合計14, 500円

累計 309, 436 円



11月のロータリーレート

1\$→149円

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

近隣R・Cへのマ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 | 「ニューいづみ」 |
| 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」 |