



WEEKLY REPORT

創 立/1986年2月19日 (会長)佐藤美枝子 (副会長)榊原 一久 (幹事)榊田 隆治
例会場/〒171-8505 東京都豊島区西池袋1-6-1 ホテルメトロポリタン TEL 03-3980-1111
事務所/〒171-0014 東京都豊島区池袋2-61-8-705 TEL 03-3985-7577 FAX 03-3590-6644
受付時間/火・水・木 10:00～16:00
HP <http://www.toshimah-rc.jp> E-mail info@toshimah-rc.jp

第1591 回例会 2021年11月17日 (水) 東京池袋 RC との合同例会

本日のプログラム

池袋RC合同例会

例 会 12:30～13:45

卓 話 「ジオパーク」新たな旅への誘い
～楽しむもよし、参加するのもよし～

卓話者 齊藤 清一様

日本ジオパークネットワーク事務局長

紹介者 佐藤美枝子会員

次回12月1日のプログラム

理事会 11:15～12:00

例 会 12:30～13:45

クラブフォーラム

5 会員にピンバッジ贈呈 (1,000ドルごとに贈呈)

今田会員 PHF+5

時友会員 PHF+3

前川会員・榊原会員・廣内会員 PHF+2

3 ロータリー米山記念奨学会より廣内会員へ感謝状

4 11月18日 (木) 米山ワークショップのご案内

5 理事会からの報告 (省略)

前回第1590回 [2021年11月10日] 例会報告

ソングリーダー 渡邊 裕之会員
君が代・ロータリーソング



11月お誕生日
里見会員・時友会員・榊田会員



皆出席表彰
28年間皆出席 森川会員
7年間皆出席 佐藤(美)会員



PHFピンバッジ贈呈
時友会員・廣内会員・榊原会員



米山奨学感謝状 廣内会員

幹 事 報 告

- 鈴木基金の申請手続きについて
事務局にある様式に記載⇒事務局を經由して理事会で承認⇒鈴木基金から支出
- 本日のフォーラムは、会員の皆様から楽しいお話を8分程度でいただきます。ロータリークラブでの楽しい経験など、皆様からの楽しいお話により新しい発見があります。
◎佐藤(久)、里見、吉田 (10/13を優先)
- 食事メニューのご希望を幹事まで!

委 員 会 報 告

社会奉仕委員会

私たちの奉仕活動が大きな役割を果たしています。
NPO法人豊島子どもWAKUWAKUネットワークへの寄付 榊田会員
寄付のネットワーク(輪)について 武内会員
錦華学院へのセミナーについて 佐藤(美)会員
公共イメージ向上委員会
豊島新聞に、豊島区長から片岡会員への感謝状贈呈が掲載されました。

会 長 報 告

- 緊急事態宣言が解除されましたが、ホテルのご協力をいただき、コロナ感染防止を徹底して例会を開催いたします。
会員の皆様にはぜひ体調を整えてご出席ください。
- マルチプル・ポールハリスフェロー受賞 次の



佐藤 久雄会員

北島事務所に勤めています。今年は北島デビュー60周年でイベントを計画していたのですが、延長、延長でしたがやっと少しずつ動き出しました。私が任されているのが「大江裕」でして、11月からやっと全国公演がスタートします。

ロータリーに来て奉仕活動をやってほしいと内密でお願いしてあります。最終的なスケジュールが合えば来ていただければと思いますので、是非理事会でご検討よろしくお願ひ致します。本人はなかなか面白い男でありまして、「さんまのからくりTV」より出てきた幸運な歌手です。その他は自身の予定も入り始め、いろいろな方がいらっしゃいますのでロータリーにお連れしたいと思ひます。



里見 雅行会員

学生時代の話をしてします。学生を6年間やりまして、特に山登りに凝っていました。素晴らしい友達がいる、中でも技術のすぐれた林君(仮)を尊敬していました。彼は冬山でコーヒーをドリップしている最中に凍らせてしまったり、アイスクリームを作った石のように固まってしまう、放っておいてリスに食べられたり。正月を祝おうと持っていた白ワインが凍ってしまい、林君が悪く思いつつと懐に入れていたのですが全然溶けず、中央線に乗ったら溶けてきたので振ってシャーベットになったワインを食べました。スイスアルプスのユングフラウに登頂したものの日本の山が懐かしくなったのもよい思い出です。そんなような学生時代を過ごして来ました。

ロコモ体操 武内潔会員

もも上げ運動

運動効果

- 足がしっかりと上がるようになり大股(歩幅広く)で安定した歩行が可能。
- 股差を楽に越せるようになる。
- 骨盤の位置(姿勢)が改善され腰痛の予防・改善に効果が期待できる。

ターゲットにする筋肉

- 腰臀部・股関節と背骨、骨盤をつないでいる筋肉。太ももを高く上げるときに使う筋肉。

運動方法

- 良い姿勢を保ちたま、ももを10~20cm真上上げる。



「ロータリーの友」

榑原会員

「ロータリーの友」理事であります榑原会員より、おすすめの記事を月初めにご紹介頂きます。隙間時間に読んでみて下さい!

- 1 表紙の答え P45
- 2 世界インターアクト週間 P16
- 3 2022年ヒューストン国際大会 P18

■出席報告

会員	出席算入会員数	出席数	欠席数	出席率
24名	21名	17名	7名	80.95%

■ニコニコBOX

第1590回(11月10日)		2021-22 累計	
5名	28,000円	36名	172,000円

ニコニコBOXコメント

時友会員/誕生日のお祝いありがとうございます。里見会員/66回目の誕生日を迎えました。先輩方の若々しい活動を見習って、これからは若者でいます。

森川会員/皆出席ありがとうございます。いつのまにかロータリーに入会して28年になりました。廣内会員/先週水曜日(11月3日)夕留にあるホテルコラット東京で次男の結婚披露宴を無事に挙行しました!にここにに~

<指定ニコニコ>

榑田会員(社会奉仕委員会)/11/20(土)・21(日)にフードサポートがあります。皆様のご参加をお願い申し上げます。

第5回定例理事会 議事録

■日時 2021年11月10日(水)
11:15~12:00

■場所 例会場

■議題

1. 会長挨拶: コロナ感染防止の上、例会を運営します。池袋RCから小泉次年度会長をお迎え!
2. 会計報告: 承認
3. 11月・12月1月のスケジュール: 承認
 - ・次年度役員理事: 速やかに公示、12/8年次総会で決定
 - ・11/28移動例会: 参加20名弱、バスはホテル発着、日程表を参加者へ配布
 - ・12/22 G訪問の役割分担: 12月理事会に上程
クリスマス催し物: ピアノ・ヴァイオリン・フルート演奏+カードマジック
 - ・3月以降の卓話候補を会長幹事へお願い!
4. 鈴木基金予算検討委員会からの提案
 - ・提案内容: 残高581万円の使途として5イベントに計150万円拠出し、残額を新クラブへ引継ぎ
 - ・出席者意見
 - 提案に賛成4名 ○全額消化に努める1名
 - 予算積み増し後の未消化残を繰越5名
 - ・基金利用申請は理事会で承認後、基金から支出
5. 新会員の入会: 承認⇒会員へ送達
6. 錦華学院セミナー(低学年向き)の再開: 承認