



夕立ち前の池の里／三井恵美子・画

SERVE TO CHANGE LIVES 奉仕しよう、みんなの人生を豊かにするために

2021～2022年度 R.I. 会長 シェカール・メータ
第2620地区ガバナー 小林 聡一郎

2021.11.19 第2034回例会 No.2034

会長挨拶

皆様こんにちは、早いもので今年も残すところこの11月と12月のわずか2か月となりました。次週の11月27日の土曜日には、延期していたロータリー奉仕デーを奥野ダム松川湖畔のロウバイ広場で開催する予定です。皆様ご協力を宜しくお願いします。



11月14日の日曜日に、私たちが支援している伊東のボーイスカウトが所属している静岡連盟が創立100周年を迎え、記念式典とラリーを開催し、出席いたしました。渡辺団長は、全国組織のボーイスカウト日本連盟より静岡連盟の方が一年早く創立している。そのことが誇りだと話されていました。私は、今月の27日に開催するロータリー奉仕デーについて宣伝してまいりました。さて、先週の会長挨拶で「筋トレは裏切らない」という話をしました。今日は、筋トレの第2弾を話したいと思います。前は、筋トレは正しく行えば必ず効果があると言いました。今回は、年齢に関係なく効果があるよという話です。今から25年近く前の話になりますが、お年寄りで双子の姉妹のきんさんとぎんさんを覚えているでしょうか。きんさん105才の頃の話です。妹のぎんさんは、105才でも自分で歩行が出来たのに、きんさんは、ひとり

Ito West R.C. Weekly

R.I. 第2620地区 静岡第1グループ



伊東西

会長 飯島 崇宏 副会長 増田 真啓
幹事 小川 嘉洋

例会場 伊東市竹の内1-3-16 暖香園ボウル2F
例会日 毎週(金曜日) TEL 0557-37-1512
事務所 伊東市竹の内1-3-16 暖香園ボウル内
TEL・FAX 0557-37-0036
ホームページ <http://itowest.rcy.jp>

出席報告

	会員数	出席規定 該当者	出席者	欠席者	M. U	出席率
本日	47	44	41	3		92.68%

で立つことも出来ませんでした。負けず嫌いのきんさんは、自分も歩けるようになりたいと思ったそうです。そこで、接骨院の先生の力を借りて、歩くための取り組みが始まります。当時は、高齢者には筋トレは危険だと考えられていました。この先生は、正しく行えば筋トレは可能だと考え、足の筋肉を鍛え、数か月後歩くことが出来るようになりました。つまり、100才過ぎても筋トレは効果ありということです。驚くべきことに、自力歩行により血流がよくなり、軽い認知症が改善されたそうです。「筋トレは、裏切らない」という実例です。

本日の欠席者

稲木孝彦君 三井勇人君 牧野隆広君

ゲスト

東陽寺 山口誠順様 (元伊東西R.C.のメンバー)

会員慶事

○皆出席おめでとう
大胡充利君 1年



委員会報告

○親睦委員会
クリスマス家族会出欠の件
令和3年12月24日(金) 18:00より
場所 サザンクロスリゾート TEL 45-1234

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

地球にやさしい再生紙を使用致しております

○社会奉仕委員会

ロータリー奉仕デー ろう梅広場

11月27日(土) 活動時間 9:00~10:00頃まで

活動内容 ロウバイ広場の整備

(下草刈り、草の運搬、既設ロウバイの網掛け5箇所、新たなロウバイ植樹2本(植替え)、肥料撒き、周辺ゴミ拾い)

分担/下草刈り 草の運搬 既設ロウバイの網掛け作業 新設ロウバイの網掛け作業等 肥料撒き 周辺ゴミ拾い 軍手等の配布、管理



○ボーイスカウト静岡県連盟100周年記念地区ラリー式典



○米山奨学生奨学金支給 孫浩波君



スマイルボックス

大胡 充利君 皆出席1年目です。

山口 誠順様 ご無沙汰しておりました。本日も会いできて嬉しい限りです。コロナウイルスの中ご苦労も多いかと

拝察しております。感染対策を万全に一層のご発展のことお祈り申し上げます。

田邊文保君・勝又隆男君・大胡充利君・大川起作君・市川正樹君・土屋順史君・村上恵宏君・稲葉憲一君・飯島崇宏君・安西光枝君・北岡貴人君・梶原幹人君・堀口武彦君・石川和正君・野村玲三君・稲葉衛君・増田真啓君・久保田英二君・石井幸弘君

飯島 崇宏君 11/14(日)ボーイスカウトの静岡県連盟創立100周年記念式に出席しました。久しぶりに元会員の鈴木喜代志さんに会いました。お元気そうでなによりです。

石井 幸弘君 今日の田辺さんのジャケットは私と原さんが横浜そごうで選びました。にあうでしょう。

勝又 隆男君 清水桜ヶ丘高校へ行っている孫が(男子バレー)インターハイに続き春高バレー全国大会行きを決めてくれました。

工藤 雅司君 足をケガしてから控えていたゴルフを再開しました。早速、中伊豆グリーンさんのオープンコンペに参加したところキセキの準優勝、これからはゴルフ積極的に参加していきます。ゴルフ部の皆さんよろしくをお願いします。

卓

話

担当 大胡充利君

元伊東西RCメンバー

山口誠順君

現在 東陽寺住職

2018年1月末に伊東西RCを退会し、3月末より臨済宗総本山妙心寺(京都)で研修、松島瑞巖寺

(宮城)で住職になるための修行をし、今年2021年2月に住職になる為の修行研修を終了し、臨済宗の禅僧として、3月1日に住職の辞令を頂いたところです。臨済宗は14派の本山に分かれており、その中の妙心寺派全国7000ヶ寺、妙心寺派3328ヶ寺内住職有りが2234。お経般若心経を唱えて頂き、修業中の話、塔婆の追善供養の由来やその意味までを聞かせて頂きました。(以下略)

(担当 村上恵宏)

