



— 本日のプログラム —

- ◆ロータリーソング『四つのテスト』
- ◆卓話 矢間秀樹会員
テーマ『不良長寿について』

第2435回例会（7月23日）報告

司会 新橋康紀 S A A 委員

- ◆開会点鐘 中室勝郎会長
- ◆ロータリーソング『四つのテスト』
- ◆ゲスト・ビジター紹介 中室勝郎会長
 - ・ゲスト KCSセンターのと店長 池端克彦氏
 - ・ビジター 新横浜RC 岩 和志氏
- ◆会長の時間 中室勝郎会長
「寛容の精神」

ロータリー運動の創立者ポール・ハリスは「ロータリーとは何かと。千人のロータリアンに聞けば千通りの答えが返ってくるだろう。それだけロータリーに対しての考え方は、人によって違う。しかし、ロータリーがより寛容で、より他の人の良さを認め、より他の人と親しく交わり、助け合うようにしてくれるなら、そして、人生の美しさと喜びを発散し、伝えるようにしてくれるなら、それがロータリーのすべてである」と述べています。

この寛容の精神は、彼の育ったヴァーモント州ウォリントンフォードでの体験が基礎となっています。彼の回顧録「私のロータリー道」には、「ロータリー運動は厚い友情や政治的・宗教的寛容などウォリントンフォードの生活を基本として生まれた」と記されています。

ウォリントンフォードは、宗教的迫害から逃れてきた清教徒（ピューリタン）の子孫が多く住んでいた村です。アメリカは、迫害からの自由と異なる民族を受け入れる寛容を国是とする国です。このような背景から生まれた寛容の精神が、ロータリー運動の拡大に繋がりました。見解の異なる人々を一つにするのが寛容の精神です。

- ◆幹事報告 西 豊幹事
 - ・萩RC、能美RCより活動要覧を拝受しております。
 - ・ホームページを更新致しましたので、また見ていただければ幸いです。
 - ・北山和夫氏、7月22日逝去されましたのでクラブ規定により弔電を送りました。
- ◆出席報告 熊倉 元出席・ニコニコBOX委員長

7月23日の暫定出席率：63.16%
(出席24名、欠席14名)
7月9日の確定出席率：100%
(出席28名、欠席10名、メーク加算10名)
メーク：7月21日 小松RC 今井善弘会員

- ◆ニコニコBOX報告 熊倉 元委員長
 - ・本日は宜しくお願い致します。新横浜RC 岩和志氏
 - ・岩さんようこそ歓迎します。 中室勝郎会長

・KCSセンターのと店長池端氏をお迎えして。卓話よろしくお願ひ致します。 中室勝郎会長
・KCSセンターのと店長池端克彦様、ようこそロータリーへ。本日の卓話よろしくお願ひ致します。岩様ようこそロータリーへ。 西 豊幹事
・池端君、岩さんようこそ。池端君卓話よろしく。

森山秀夫会員

・池端克彦さんをお迎えして。 山上信次郎会員
・岩さんようこそ。 曾又博史会員
・池端さんようこそ、卓話よろしく！岩さんようこそ！ 大向洋紀会員

山上信次郎会員

◆卓話者紹介

- ◆卓話 KCSセンターのと店長 池端克彦氏
テーマ「健康は正しい姿勢から」

私は輪島市出身で、姿勢科学士、姿勢調整士として、金沢の方で活動していますが、能登でも週1回、穴水でお店を出しています。

姿勢を矯正するという事で、皆さんの姿勢を診させて頂いています。姿勢が悪いと「見た目が悪い」「態度が悪い」と言われます。また姿勢は健康と密接な関係があります。正しい姿勢だと体が機能するし、体が長持ちするし、痛みはおこらないという事になります。

40肩、50肩聞いた事ありますか？40肩、50肩どういった事がと言うと、腕が上や前からは上がるけれど、真横からはあがらない状態です。名前に肩がついているので肩が悪いと思われがちですが、肩に原因のある方はほとんどいません。姿勢が歪んでいるためです。

特に今、早急に見つけて欲しいのが脊椎側弯症です。背骨が側方に弯曲する病気です。ひどい人になると手術をして、ワイヤーで固定したり、ビスで止めたりしますが、手術をしなくても小さい頃、早ければ早いほど改善する事ができるので相談していただけたらと思います。そういった子供たちを救っていくという活動もしていますので、保育園とか小学校でも講演をさせてもらっています。

「健康寿命」聞いた事ありますか？これは、自立して生活できる寿命です。実は日本だと男性は70才、女性は76才というデータが出ています。腰が痛いとか膝が痛いとかで歩けなくなって寝たきりになってしまう方がものすごく多いのですが、それも姿勢の歪みです。姿勢を良くする事で、最後まで自分の足で歩く、自分のことは自分で出来るようになります。自立して生活できる年令を上げていく、日本の負担を減らしていくという事も私達の課題かと思ひます。

姿勢は大切にという事で少しでも興味を持って頂いたり、周りの人の姿勢を気にするようになっていただけたら幸いかと思ひます。ここで私のお話を終了させていただきます。

- ◆閉会点鐘 中室勝郎会長

[編集：田谷昭宏会員]