

♣総会

総会が開催され、次の議案が承認されました。

1. 2025-26 年度会長選出について
稲川 和成会員を選出
2. 前期会計報告について

♣委員会報告

青少年奉仕委員会

奥富 精一委員長

インターアクト訪日団が2月1日より来日いたします。2月1日～3日までは地区のスケジュールでございます。2月4・5日はクラブでのスケジュールとなります。2月4日(日)に訪日学生の歓迎会を予定しております。後日案内をお知らせいたします。

親睦委員会

切通 勇次委員長

親睦旅行を予定しております。

日程：4月24・25日(水・木)

場所：宮城県仙台市秋保温泉

詳細につきましては、申込人数が決まり次第ご案内いたします。予定としましては、24日大宮駅を9時30分頃出発し、25日17時頃到着するよう考えております。

♣本日の卓話

車谷 隆徳



はじめに、能登半島地震でお亡くなりになられた方々にご冥福をお祈り申し上げます。

私の仕事についてですが、以前の卓話の時にお渡しをしたプリンターで作れる名刺カードの台紙を作っております。また、ヤマト運輸、日本郵船、JAL、マツモトキヨシ等で使われる用紙なども作っております。この仕事は33才から始めました。個人には販売はしておりませんが必要な方は相談してください。

私はロータリークラブを辞めた10年間欠かさず行ってきたのは「阿部自彊術表体操」です。阿部自彊術表体操とは、自彊術は、31の型からなる呼吸法を取り入れた健康体操で、1つの運動が次の運動の準備運動となるように組み立てられた大変合理的なものです。筋肉を合理的に動かすことで内臓機能の調節を主に、姿勢を美しく整え、体のゆがみ、ねじれを是正。足腰の痛み、肩こり、婦人科系疾患、肥満解消に効果がみられます。私の腰痛で30年苦しんできました。5年間先生に教わり腰痛

を克服しました。また、呼吸と反動を活かした柔軟運動により心身の調律と強化を図ります。虚弱体質や慢性疲労、自律神経失調など、ストレス性症状にも大きな改善効果が認められています。

元旦から能登半島で地震が起こりました。いつどこで何が起こるかわかりません。明日は我が身です。

「人生生きてるだけで〇儲け」私はそう思って生きています。



♣出席・ニコニコ報告

- 森川 昌紀 車谷さん本日は宜しくお願いします
田中 一任 車谷さん本日は卓話ありがとうございます
上地龍之介 よろしくお祈りします
奥富 精一 車谷さん自彊術よろしくお祈りします
切通 勇次 今日もしっかりお祈りします
車谷 隆徳 能登半島地震にお悔み御見舞い申し上げます
増田 徹 本日もよろしくお祈りします
森田 康之 今年一年間ロータリー出席ガンバります

8口 8,000円 累計 263,000円

会員	出席	計算	MU	%
31	9	28	0	32