



イマジン  
ロータリー

2022年11月20日  
通算第2791回例会  
会報通算第2463回

# Toba Rotary Club



第59期テーマ:「不易流行」 一心地よいロータリー活動を想像してー

Since 1964



## 本日の例会プログラム

※例会変更 11月16日(水)例会と振替

場所: 鳥羽市民体育館メインアリーナ/中会議室

【ソング】「四つのテスト」

【会長挨拶・報告】

【幹事報告】

【出席報告】

【ニコニコBOX報告】

【委員会報告】

【行事】 ボッチャ競技大会(社会奉仕委員会担当)

12:00~ 例会・昼食・準備

13:00~ 受付

13:30~ 開会式 15:30~ 閉会式



## 会長挨拶・報告

皆さんこんにちは。

本日のゲストは鳥羽市教育委員会生涯学習課 中村吉元様です。本日はお世話になります。

IM実行委員長 奥野幸良様(伊勢度会RC)、副実行委員長 加藤貴士様(伊勢度会RC)が、IMのPRにお越しくございました。よろしくお願いたします。

本日は、体力増強例会「体力測定」となっております。「体力測定」の結果を真摯に受け止め、今後の体力作り、ゴルフの飛距離、健康管理に役立てて頂き「心地よい例会」を迎えて頂ければと思います。

<報告>

1. 次々期会長選考にあたり11月2日から8日の1週間、立候補・推薦を受付けいたしました。届け出はございませんでした。つきましては、次々期会長指名委員会にて候補者を選出させていただきます。
2. 先週、鳥羽高校 杉阪校長・生徒の方々に例会訪問頂きました。11月19日(土)に開催される「関祭かんさい」に協力したく、当日の参加も含めてボックスを回しますので、皆さんの「お心遣い、気持ち」をよろしくお願いいたします。

## 次回の予告 11月30日

【ソング】「ROTARY」

【コラム】野村一弘 君

【11月号友の紹介】山本元昭 君

【行事】 ゲスト卓話(財団委員会担当)

ロータリー財団部門補助金小委員会

奨学金・学友担当 副委員長

牧戸 悦代 様(伊勢度会RC)

## 前回の記録 11月9日

※例会変更 場所: 鳥羽市武道館

【ソング】「我等の生業」

【IMのご案内】 IM実行委員会(伊勢度会RC)

【山田優選手を応援する会入会のお願い】

【行事】 体力増強例会(プログラム委員会担当)

講師: 鳥羽市教育委員会生涯学習課

中村吉元 様

11/9ホームクラブ	21/30	70.00%
10/19確定出席率	24/29	82.76%

## 幹事報告

1. 11/16(水)→11/20(日)例会変更のお知らせ
2. 11/30(水)第59期11月定例理事会開催のご案内
3. 本日18:00、リモート会員増強委員長に村瀬委員長が出席していただきます。
4. 11/10(木)事務局休会のお知らせ

## 委員会報告

- 財団委員会⇒11/5(土)開催の財団研修セミナー報告
- 社会奉仕委員会⇒11/20(日)ボッチャ競技大会についての説明
- プログラム委員会⇒ゲストの中村吉元様は体力増強例会の準備のため、この後退席されます。

○会長 杉原新一 ○副会長 中野多賀子 ○幹事 中村幸広

○会報担当 原田佳代子・迫間修平・伊藤信孝・丸川竜也

○事務局 〒517-0022 鳥羽市大明東町1-7 鳥羽商工会議所2F

TEL 0599-25-6039 FAX 0599-26-4588 E-mail: [tobarcc@poplar.ocn.ne.jp](mailto:tobarcc@poplar.ocn.ne.jp)

○例会日 毎週水曜日 12時30分~13時30分

○例会場 鳥羽商工会議所2F 特別会議室

鳥羽



■鳥羽市教育委員会 生涯学習課  
課長補佐兼スポーツ推進係長 中村 吉元 様

1. 開催日：令和4年11月9日（水）
2. 時間：13時～13時40分
3. 場所：鳥羽市武道館 道場
4. 参加者：ロータリークラブ会員19名
5. 協力：○鳥羽市教育委員会生涯学習課  
中村吉元、松井葉月、東和彦  
○鳥羽市スポーツ推進委員協議  
西川豊幸、濱田浩、大川千恵美、岩橋育美、浜口正久
6. 実施種目：握力測定、長座体前屈、2ステップテスト、上体起こし



【所感】

健康増進には、筋力や柔軟性などの体力がバランスよく高い状態が望ましいといわれています。そこで、体力測定を行い、現状の体力を把握することで、会員の健康増進につなげていくため実施しました。

測定の実施については、鳥羽市教育委員会及び鳥羽市スポーツ推進委員協議会にご協力をいただき、限られた時間の中でスムーズに行うことができました。

特に感じたのが、筋力の目安となる握力測定の値は高いが、柔軟性の目安となる長座体前屈の値が低い方が多かったように思います。日常の運動が大切であると改めて感じましたが、数値の良い・悪いだけでなく、みんなで談笑しながら運動することで「心と体」の健康につながりました。





IMのご案内の為、伊勢度会ロータリークラブIM実行委員長 奥野幸良様と、IM副実行委員長 加藤貴士様がお越し下さいました。

\*\*\*\*\*



ニコニコBOX



11月9日分

IM実行委員長 奥野幸良様(伊勢度会RC)

- ・IMのご案内をさせていただきます。よろしくお願ひいたします。

IM副実行委員長 加藤貴士様(伊勢度会RC)

- ・本日はIMのPRでお世話になります。よろしくお願ひします。

杉原君・教育委員会生涯学習課 中村吉元様、本日はお世話になります。よろしくお願ひいたします。

- ・IM実行委員長 奥野幸良様、IM副実行委員長 加藤貴士様、例会訪問ありがとうございます。よろしくお願ひいたします。

中村(幸)君、本日、三重県と建設協会合同の災害対応訓練に参加のため、例会欠席させていただきます。土のうを作って体力増強してきます。

中野君・本日は体力増強例会ですね。中村吉元さん、本日は宜しくお願ひいたします。

濱崎君・生涯学習課 中村吉元様、ビジターのIMご案内の皆様、本日はお世話になります。

小林君・伊勢度会RC 奥野様、加藤様、ようこそ鳥羽へ。IM頑張ってください。中村様、本日は宜しくお願ひいたします。

東谷君・ゆっくり健康ということを考え、例会に臨みたいと思います。

松田君・中村課長補佐、本日よろしくお願ひします。奥野IM実行委員長、加藤IM副実行委員長、ようこそ！

中村(泰)君・本日もよろしくお願ひいたします。

池田君・鳥羽市教育委員会生涯学習課 中村吉元様、本日はよろしくお願ひします。IM実行委員長 奥野幸良様、副実行委員長 加藤貴士様、ご苦労様です。

伊藤君・本日は体力増強例会ということで武道館で行いますが、設営お疲れ様です。IMの説明ありがとうございます。

森岡君・中村吉元先生よろしくお願ひいたします。

増田君・鳥羽市教育委員会生涯学習課 中村吉元様、本日はお忙しい中お世話になります。どうぞよろしくお願ひ申し上げます。

- ・伊勢度会RC 奥野様、加藤様、本日は鳥羽へようこそおいでくださいました。ありがとうございます。

丸川君・鳥羽市教育委員会 中村様よろしくお願ひします。IM実行委員長 奥野様、副実行委員長 加藤様、大変だと思いますがよろしくお願ひします。

中村(和)君・本日プログラム委員会担当、体力増強例会です。皆さんどれくらい体力があるか体力測定です。お楽しみ下さい。

- ・三重県高校野球一年生大会準優勝戦、神村学園伊賀で三男駿亮(津田学園)が完封勝利をおさめました。感動させられました。11月13日決勝戦です。応援に行きます。

野村(一)君・鳥羽市教育委員会 中村吉元様、本日はお世話になります。

村瀬君・本日もよろしく御願ひ申し上げます。腰がぬけない様に願ひしています。ゲスト 鳥羽教育委員会生涯学習課 中村吉元様、よろしく御願ひします。

林 君・本日、よろしくお願ひいたします。

寺本君・本日もよろしくお願ひします。

谷水君・教育委員会生涯学習課 中村吉元様、本日はどうぞ宜しくお願ひいたします。

吉田君・本日もよろしくお願ひします！

阿部君・会員誕生日御祝

濱口君・本日のゲスト、中村鳥羽市スポーツ推進係長、ようこそ鳥羽RCへ！本日もよろしくお願ひいたします。奥野IM実行委員長、加藤副実行委員長、本日はよろしくお願ひいたします。