

国際ロータリー第2570地区

行田ロータリークラブ

RI会長：ウィリアム ボイド / ガバナー：鈴木 勲二

会長：小池利昌 / 幹事：古沢勇治

例会日：木曜日

午後12時30分開会

クラブ会報委員会

会 場：アドバンテスト

委員長：飯田芳幸 / 副委員長：鈴木貴大

委員：福島伸悦、諸貴健一、岡田則之
大野年司

行田クラブハウス

第1995回 例 会 (11月2日)

2006～07 国際ロータリーのテーマ
「率先しよう」



会長挨拶 小池利昌 会長

みなさん、こんにちは！

先日21日の40周年式典には、たくさんの方々にご参加頂きありがとうございました。

外部の評価も高く、成功の内に終わったと確信しております。これもひとえに会員皆様のお陰と感謝する次第です。

桑名ロータリーの山下会長、又、山本委員長より素晴らしい記念式典であったとお電話を頂きました。又、白河ロータリーの佐藤憲一様よりメールを頂きましたのでここに披露致します。

行田ロータリークラブ 会長 小池利昌様

謹啓 秋冷の候、貴クラブ益々ご清栄の事とお慶び申し上げます。

平素は格別のご高配を賜り、厚く御礼申し上げます。

さて、過日開催されました行田ロータリークラブ創立40周年記念式典は、永年の功績が光、素晴らしい式典だったと思います。

振り返ってみますと、最初にご訪問させて頂きましたのは平成9年12月4日でした。あさひ銀行の例会場に着きますと、皆様が温かく笑顔でお出迎えして下さいました事は今でも鮮明に浮かんで参ります。

例会は松岡和枝先生のロータリーソング歌唱練習のプログラムが組まれており、私達も一緒にレッスンを受けさせて頂きましたことが懐かしい思い出になりました。

この度、式典の中で友好親善と言うことで表彰状を頂きましたが、これは私では無く、当然のごとく白河ロータリークラブ全員にという意味と充分承知致しております。

今、行田クラブの皆様は40年を節目とし、新たな気持ちでスタートをされた事と思いますが、くれぐれもご健康には留意され、ご活躍されます事を心からお祈り申し上げます。

それでは、40周年の輝く歴史と伝統に敬意を表しまして、御礼に返させていただきます。

本当に皆様ありがとうございました。

今日の例会は藤倉先生のストレッチ教室でございます。

これは今年度、私が健康をテーマに考えている例会の一つでございます。先日は、「中高年のウォーク教室」を行い、12日は歩こう行田をテーマに、さくら、ライオンズ、行田と三クラブ主催の「古代ロマンと歴史絵巻ウォーク」を行います。是非この季節は意識して体を動かし、ベストの状態に持って行って下さい。

私達、肩が凝ると無意識に手で肩をもみます。腰が気になれば腰をひねっているし、目が疲れば目を触っています。やはり自分で体をいたわってあげたいのです。

体や心を良い状態にしておく為には、手入れも必要です。その為の手段としてストレッチがあります。生活の中の時間を活用してストレッチを実践すると、体も心もたまった疲れから解放してくれます。

自分を変えたいと思う気持ちは、誰にでもありません。今は、まず体調を少しずつでも良くして下さい。肩凝り、腰痛、各種ストレスこれらをスッキリ解消できたらどれほど明るくなれるでしょう。

気持ち良く過ごせる日が、一月に何日くらいあるでしょうか？

自分で改善できる手段があれば、スッキリした毎日になります。

ストレスも疲労もたまる現代社会、心身も自分で調整できる手段をもちたいものです。その一つがストレッチだと思います。是非やさしいストレッチを今日マスターし、家庭でやってみて下さい。

いつの間にか体も心も軽やかになりますよ…。

それでは藤倉先生、今日よろしくお願い致します。



結婚・誕生祝い



ニコニコボックス

- ★小池利昌会長…40周年式典、ご協力ありがとうございました。
- ★植田会員…誕生祝いありがとうございます。
- ★内山会員…親睦旅行ではお世話になりました。楽しい1日が過ごせました。
- ★永島会員…博物館で行田の板碑展を行っています。より多くの皆様のご入会をお願いします。
- ★小椋会員…11月12日、ウォーキング、皆様のご参加をお待ちしております。又、ご協力宜しくお願い致します。
- ★小澤会員…藤倉先生、本日はお世話になります。
- ★小島会員…日帰り旅行では、皆様お世話になりました。ありがとうございました。12月23日、クリスマス例会また企画させていただきますので、宜しくお願い致します。
- ★清水義夫会員…11月1日、結婚祝いありがとうございました。

- ★富田会員…本日、早退させていただきます。
- ★福島会員…親睦旅行、食事だけの参加でしたが、楽しかったです。おみやげまで頂き、ありがとうございました。
- ★山本栄治会員…たぶん、結婚22年になります。そろそろ愛想を付かれて、離婚の危機まじかの今日この頃です。
- ★山本憲作会員…結婚祝いありがとうございます。
- ★渡辺会員…藤倉先生ご指導ありがとうございます。40周年記念式典に際し、永年功労賞並びに姉妹クラブ功労賞を頂戴し、誠にありがとうございました。
- ★石塚会員、大谷会員、岡田会員、小川会員
小池英輔、小林会員、清水治雄会員
鈴木康夫会員、古沢勇治幹事、宮内会員
持田会員

合計¥46000