

Rotary



宮崎南週報

ロータリーは機会の扉を開く



ロータリークラブの活動を楽しもう！

宮崎南ロータリークラブ
会長 川村雅宣

第2052回例会 2020.10.12

会長／川村雅宣 幹事／島田博良
副会長／戸高勝利 会報／開地俊昭
例会場／宮崎観光ホテル
ソング／それでこそロータリー

会長挨拶

川村雅宣会長



今や全世界に多くのファンがいる韓国のアイドルグループBTS(防弾少年団)ですが、リーダーのRMが世界中の若者たちへ向けた国連総会スピーチ内容を紹介します。

僕は韓国・ソウル近郊のイルサンで生まれました。そこで幸せな幼少年期を過ごし、ごく平凡な男の子でした。9歳から10歳のころ他人が僕の事をどう思っているのか、どう見えるのかを心配し始めました。

他人が作り上げた型に自分を押し込もうとし、自分の声を閉ざし、他人の声ばかり聞くようになりました。

僕には音楽がありました。自分で小さな声がしました。「めを覚ませ!自分自身の声を聞くんだ」

BTSのメンバーになると決めた後でさえ、沢山のハードルがありました。ほとんどの人が僕たちに見込みがないと思われて、やめたくなる時もありましたが諦めずここまで来られてとても幸運でした。これからもつまづいたり転んだりするでしょう。

昨日、僕はミスをしたかもしれません。でも、過去の僕も僕である事にかわりありません今の僕は、過去のすべてのミスと共にあります。明日の僕が少しだけ賢くなつたとしてもそれも僕自身なのです。

僕は今の自分も過去の自分も将来なりたい自分も

出席委員会報告

井上竜志委員長

出席状況

本日状況	
会員数	(47) 48名
本日欠席者数	18名
本日出席者数	30名
出席率	63.83%

前々回状況	
会員数	(47) 48名
ホームクラブ出席者数	26名
メークアップ数	4名
修正出席者数	30名
修正出席率	63.83%

●前々回メークアップされた方／大田寛子会員、寺村明之会員、熨斗克典会員
村田尚一会員

ニコニコ BOX 0件 累計 2,000円
3,000円

募金箱 累計 5,023円
35,420円

すべて愛せるようになりました。

若干24歳の若者がこんなスピーチができる事に感銘をうけました。年齢を重ねた私もそうありたいと思います。

モチベーションは無理に絞り出すものではなく、夢中になって打ち込んでいるうちに自然と湧き出てくるものだと思います。自分の適性・得意分野を自覚していればモチベーションを上げるのに役立つことでしょう。

ビジター



宮崎西RC
高宮眞樹会員

幹事報告

島田博良幹事



・エコキャップの受領書が届いています。今回受領数2,236個累計で198,488個になりました。

エコキャップは再生プラスチック原 料として換金し、医療支援や子供たちの環境教育



ロータリー情報

●エクスカーション(Excursion)

ロータリー地区大会などで、よく行われるプログラムで、ある程度の団体でゴルフや観光旅行等をすることを言い、知り合いを広め親睦を図る上で効果が大きい。

等、様々な社会貢献活動に充てられます。

皆さんのご協力よろしくお願ひします。

- ・フィリピン育英会バギオ基金より第42回バギオ訪問交流の旅の案内が届いています。来年の2月11日(木)から14日(日)までの3泊4日の行程になっています。興味のある方は事務局までご一報ください。
- ・今月末26日の例会はガバナー公式訪問例会となっています。100%出席例会を目指していますのでご協力よろしくお願ひします。

親睦委員会

安川 潔委員長



- ・ニコニコボックスにご協力を願いします。

ニコニコBOX



開地俊昭会員

コンペでベスグロが取れたらしいので。

●2019年～2020年度 出席率100%会員

日高章智会員、安川 潔会員、戸高勝利会員、田口幸登会員、小園隆司会員、島田博良会員、高瀬俊彦会員、長澤好太郎会員、田中靖彦会員



ホーム出席100%

山地久守会員
大迫三郎会員
大迫雅浩会員



本日のプログラム

会員卓話

高山周栄会員



35年前に宮崎でパチンコ店を営業するに大阪からやってまいりました。

その当時、パチンコ店が全国で約18,000店舗、遊技人口は約3,000万人と言われていました。かつて30兆円産業と呼ばれた業界も現在は20兆円を割る市場規模まで縮小しました。

その背景にあるのは、主にギャンブル依存症対策の一環として、遊技機の規則改正や、集客を目的とする広告の規制など、さまざまな規則の変更などが考えられます。

近年もIR法案の観点から、遊技機の撤去問題など業界を取り巻く環境は更に厳しくなる傾向にあります。

そんな厳しい中、ロータリーでの出会えた方々から色々な話を聞き、学び、そして宮崎の方々に支えられ今年で起業32年を迎えることができました。ロータリーという場、出会い、繋がりに感謝しております。

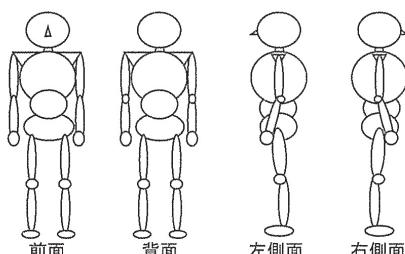
これからも共に頑張っていきましょう。

矢野智哉会員

◆姿勢の歪みを改善する



- ・肩の高さ＝腰の高さ＝膝の高さは左右で違いはないですか？
- ・耳＝同一腰・太もも・くるぶしの中心はまっすぐですか？



◆猫背改善のストレッチ

- ①鎖骨の下を指でほぐす。
- ②手のひらを上にして手を広げながら肩甲骨をよせる
10秒×3セット(もしくは30秒)

◆左右の歪み改善のストレッチ

- ①両手を上にあげる(顔の前)
右手首を左手でにぎる。
②体を左に傾けながら右手を左に軽く引っ張る
10秒×3セット(もしくは30秒)
- ③反対も同様に行う。

◆血行を良くするストレッチ

- ①ふくらはぎほぐし：脚を組むようにして右のふくらはぎを左膝に押し当てるようにほぐす。
20秒程度
- ②椅子や壁を押すように前の足に体重を乗せていく。