

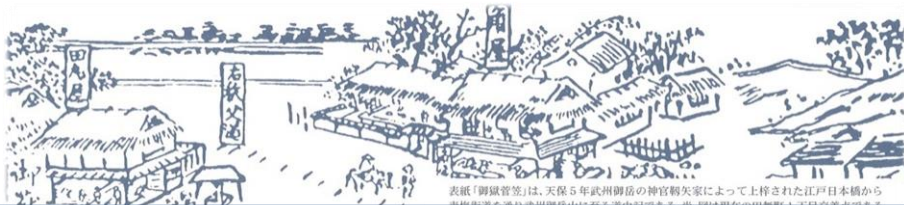


2023～24 年度

国際ロータリー第 2580 地区 東京田無ロータリークラブ

RI 会長 ゴードン R. マッキナリー

例会日：毎週木曜日 12:30～13:30
例会場：東京信用金庫 田無支店 2 階
事務局：〒188-0011
東京都西東京市田無町 5-1-12
海老沢ビル 401
TEL 042-463-6711 FAX 042-463-6716
[E-mail/info@nishitokyoshi-rc.org](mailto:info@nishitokyoshi-rc.org)
[HP/https://nishitokyoshi-rc.org/](http://https://nishitokyoshi-rc.org/)
会長：新井浅浩 幹事：金子知未



表紙「御嶽宮堂」は、天保5年武州御嶽の神宮御矢家によって上梓された江戸日本橋から

Vol. 55 No. 38/ 2024. 5. 30 発行

第 2565 回 例会 5 月 30 日(木)

移動例会

第 2564 回 例会報告 5 月 23 日(木)

卓話

中村洋司会員

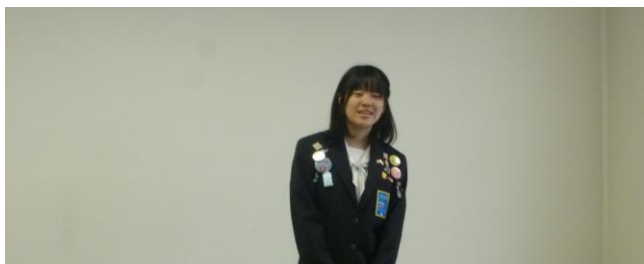
《ゲスト》

大山真凜さん 青少年交換派遣予定学生

会長報告

新井 浅浩 会長

- (1)5 月 16 日に新しい教育長に、佐藤恵美さんのピアノコンサートについて、引き続き行うことをご挨拶に行ってきました。
- (2)5 月 19 日田無神社でのわんぱく相撲に、ご挨拶に行ってきました。
- (3)大山真凜さんに日章旗とクラブバナーをお渡しします。



- (4)成田英夫会員にポールハリスフェローのバッジをお渡しします。

幹事報告

金子 知未 幹事

- (1)「台湾東部地震災害支援金の 2580 地区の支援金一覧」が来ています。
- (2)「ハイライトよねやま」が来ています。
- (3)「ロータリー平和フェローシップチャリティー音楽祭へのお誘い」が来ています。

出席報告

総員	26 名	免除	2 名
出席	10 名	出席率	38.7%
欠席	16 名		

卓話

中村洋司会員

健康も芸のうち

日本国憲法 25 条について

第25条 【生存権、国の社会的使命】

第1項 すべて国民は、健康で文化的な最低限度の生活を営む権利を有する。

第2項 国は、すべての生活部面について、社会福祉、社会保障及び公衆衛生の向上及び増進に努めなければならない。

“WHOの健康の定義

- 身体的・精神的・社会的に完全に良好な状態であり、たんに病気になるいは虚弱でないことではない。

千玄室大宗匠（1923年生まれ）



千玄室師曰く 芸とは
○身に着けた技 ○技能 ○学問

健康であることの要因

- 人免疫系の機能向上
食事…質・量
睡眠…いい環境で十分な質・量
運動…筋肉の退行を防止
- 幸せな人生
- 平均寿命と健康寿命

免疫系？

ウイルスや細菌などの病原体から体を防御したり、体の中の老廃物や、死んだ細胞や発生した癌細胞を処分し、あるいは傷ついた組織があればそれを修復する働き

幸せな人生？

「THE GOOD LIFE」ロバート・ウォールティンガー著（2023年）
（アメリカ ハーバード大学成人発達研究所84年間の追跡研究）
「よい人生とは何か？誰にもわからない。本書はその一つとしてよい人生とはよい人間関係があることだ」

ニコニコBOX

新井浅浩会員

大山真凜さん、ロータリーブレザーが似合っていますね。

成田英夫さん、ポールハリスフェローおめでとうございます。

中村洋司さん、再三のむちゃぶりへの御対応心より感謝申し上げます。

金子知未会員

大山真凜さん、ようこそ!!

準備は順調ですか？

中村洋司さん、卓話お引き受けくださりありがとうございます。

皆さん、暑気払いにラム食べにいきませんか？

吉田宗泰会員

本日、中村会員卓話宜しくお願い致します。大山真凜さん、派遣先が決まって良かったですね、頑張ってください。

中村洋司会員

大山真凜さん、ようこそ！準備進んでいますか？英会話に磨きがかかっていることと思います。

本日は急に卓話を頼まれました。何とかします。

浦野利一会員

中村様本日はよろしく。

成田英夫会員

中村さん卓話ありがとうございます。

大山さんお元気ですか。

齋藤雄作会員

大山さんようこそいらっしゃいました！

本日、諸用があり早退させていただきました。田無神社でのわんぱく相撲に新井会長や会員の皆様にお越しいただき大変感謝しております。ありがとうございました。

井上明子会員

大山まりん様ようこそおいで下さいました。楽しんでいって下さい。中村会員、卓話を楽しみにしております。

山田剛士会員

大山さんようこそいらっしゃいました。色々準備にいそがしいかと思いますが、がんばってください。

中村さん、本日の卓話楽しみにしております。どうぞよろしくお祈りします。

山田裕太会員

大山さんようこそ!!

中村洋司さん本日も卓話よろしくお祈りします。

本日計 10,000 円 / 累計 335,000 円

回 覧

- ◇上記の幹事報告
- ◇他クラブ週報

本日の昼食

もぐもぐの森

例 会 予 定

- 6月6日(木) 理事会
大山真凜さんのスピーチ
- 6月13日(木) クラブ協議会
- 6月20日(木) 最終例会
- 6月27日(木) 休会

S A A ・ 例会場設営担当 (11時50分集合)
< 週報担当 浦野利一会員 >