



西尾ロータリー Weekly

第 2948 回例会 平成 30 年 11 月 27 日(火) 天気:晴 No.19

2018-19 年度テーマ



会長/ 鳥居祥雄 幹事/ 石川哲朗

クラブ会報委員 杉浦 広 / 永江義澄 / 三浦康彦

例会日: 火曜日 12:30 例会場: 西尾コンベンションホール B

事務局: 西尾市永楽町 3-45 西尾信用金庫中央支店内 204

TEL: 0563-54-7770 FAX: 0563-54-7050 URL: <http://www.nishio-rotary.org>

【本日のプログラム】

司 会 岡田雅彦例会運営委員長 齊 唱 「手に手つないで」
スピーカー 会員 宍戸秀隆君 (宍戸整形外科 副院長) 「ロコモティブシンドロームについて」
食 事 あかりい菜

〔会長挨拶〕



読書によい季節です。最近、本を読もうと思ひまして興味がありそうな本を買って開いてもすぐに目はしょぼしょぼ、字はかすんできて、とんと本に縁がなくなってきた寂しい思いをしております。若いうちにもっと本を読んでおけばよかったと今、後悔しています。

30年程前ですが、SF小説でベリーローダンシリーズというものがありまして、1961年ドイツで発行された複数の作家のリレー小説で、SFとしては世界最長のスペースオペラです。宇宙の最高総督ベリーローダンが主人公で、宇宙を舞台に仲間のミュータント達と一緒に、高度に発達した宇宙種族に遭遇し戦う物語です。現在日本では550巻程翻訳されていて、世界では2,700話になっているそうです。まだ発行が続いているようです。もし興味がありましたらベリーローダンシリーズを読んでみてください。ありがとうございました。

〔委員会報告〕

〈出席委員会〉金原健志 委員長

本日の出席数 51名

11月13日のメイクアップ 10名

訂正出席率 90.91%

〈スマイルボックス委員会〉萩原竜治 委員長

鳥居祥雄君 先週のガバナー補佐杯親睦ゴルフと8Cゴルフコンペで両方共西尾ロータリーが団体優勝しました。びっくりしました。西尾ロータリーは強し!

石川哲朗君 11/24(土)~25(日)ライラセミナーの青少年奉仕委員会、11/23 ガバナー補佐杯、11/25 8Cゴルフではゴルフ部と参加のメンバーお疲れ様。ありがとうございました。杉田武男君長く待っていました。入会おめでとうございます。親睦委員会で修行してください。期待しています。

杉田武男君 本日よりお世話になります。よろ

食 事 あかりい菜



しくお願いいたします。

山崎秀夫君 & 山崎克弥君 今日付けで私は山旺建設の会長に就任しました。社長は山崎克弥君です。引き続きご指導の程、宜しくお願いいたします。

杉浦義浩君 ①11/24(土)セントレアのセンターピアガーデン及びアリスダイニングにて、次女の結婚式、披露宴を和やかな中、挙げる事が出来ました。②杉田武男君ようこそロータリーへ。

田中正規君 2720地区(大分・熊本)地区大会に参加。地区指導者育成セミナーで講演しました。

杉田明弘君 本日、杉田武男が入会させていただきました。何卒宜しくお願いします。親睦委員会の皆様、厳しく指導をしてください。

本多 淳君 新聞に載りました。

大河内芳信君 昨日 26 日に結婚記念日の花が届きました。ありがとうございます。40 周年の節目に一昨日には子供と孫と一緒に食事会をしました。

大内基浩君 杉田武男君入会おめでとうございます。親睦委員会に配属になるとおもいますがよろしくお祈りします。

浅岡直幸君 ①11/23 ガバナー補佐杯、11/25 8 C ゴルフに御参加頂いた皆様ありがとうございます。おかげ様で両コンペに団体優勝出来ました。いよいよ次年度はガバナー補佐杯ゴルフ担当になります。②杉田武男君ようこそ！チーム西野町として楽しみましょう。宜しくお願い致します。

松本容明君 杉田武男君入会おめでとうございます。宜しくお願いします。

高井英和君 ①杉田武男君入会おめでとうございます。よろしくお付き合い下さい。②小澤さんグランコート名古屋ではごちそうさまでした。

山崎秀夫君 杉田武男君入会おめでとうございます。

杉浦 広君 宍戸先生スピーチ拝聴します。杉田さん、ようこそ西尾 RC へ。宜しくお願いします。

芦田辰行君 ①結婚記念日のお花頂きました。ありがとうございます。②杉田武男さん今後よろしくお祈りいたします。

小丹枝和二君 杉田武男さん入会おめでとうございます。これからも宜しくお願いします。

萩原竜治君 宍戸先輩、本日卓話勉強させていただきます。

〔卓話〕 会員 宍戸秀隆君（宍戸整形外科副院長）



「ロコモティブシンドロームについて」

今日は、ロコモティブシンドロームについてお話しさせていただきます。皆さん15秒間だけ片足で立っていただけますでしょうか。後で説明いたします。ロコモは認知されていない部分がありまして10年程前から整形外科で始めたのですが、やることも単純で、何だこんなことかという事でなかなか広まっていかないというのが現状です。今日はひとつだけ体操をお教えしますので、それだけ頑張って覚えてください。

運動を支えるものは、骨、筋肉、関節、神経です。片足で立つことができないとやはり不安定です。15秒立てない人はどこかに問題があると思います。1分立てる人は、骨が強くなっていき、1分半立てる人は、だいたい転びません。それを目指してやるわけです。片足で立つ練習と両足でスクワットのように沈み込むという練習を提唱しています。続けることが大切です。



【新入会員紹介】杉田武男君(ｽｷﾞﾀ ﾀｸﾉ)

1974. 12. 9生／職業分類 製茶／会社名 (株)あいや
〒445-0894 西尾市上町横町屋敷15番地1/
TEL 56-2233／FAX 56-2257／役職 代表取締役社長

