

2016-2017年度RI会長 ジョン F ジャーム
2016-2017年度第2770地区ガバナー 浅水 尚伸
2016-2017年度大宮ロータリークラブ会長 橋本 和久

「人類に奉仕するロータリー」
「楽しいロータリークラブを作り上げよう」
「奉仕と親睦、新たな一歩を踏み出そう」



会員の皆様本日も例会参加ありがとうございます。台風が次々に発生して予断を許さない状況ではありますが、着実に秋が近づいているのでしょうか？今日はとても涼しく過ごしやすい日であります。涼しくなりますとおしゃれができて嬉しくなります。今日はちょっと秋に向けて茶系のスーツにしてみました。グリーンのウィンドウ・ペン柄です。窓の格子みたいな模様からウィンドウ・ペンと言います。英国の伝統的な柄です。

さて先週金曜日に10月23日に行います東北奉仕の件で石巻東ロータリークラブへメイキャップに行きまして。今回の奉仕活動は大宮単独で行いますが、現地のロータリークラブにはお話しておかなければいけないと思っていましたし、幸いにも昨年会長さんと面識を持たせて頂きましたので行って参りました。とても歓迎を受けました。当日も何名かお越し頂けるそうです。石巻東ロータリークラブは創立55年になるそうです。あの東日本大震災発生時の2011年、50周年だったそうで、式典等は

当然中止になったそうです。ご家族やご親戚ご友人が亡くなった方も多いようですが、会員4名が犠牲になったそうです。現在は36名の会員数だそうです。

今日は掬華太極拳練会会長の鹿野長治先生をお迎え致しました。皆様、体に良い事、何かしていますか？本日は健康・長寿に良いとされています太極拳のお話を通し、皆様のお役に立てれば幸いです。最後までお付き合いどうぞよろしくお願い致します。

まずは自己紹介から

1943年宮城県栗原市の出身です。同郷出身者には江戸時代の大横綱谷風梶乃助。武道家千葉周作等、が居りますので武道武術の盛んな地域だったんです。また姉齒の松、小野小町の姉のお墓があります。美人が沢山居た所です。また同じ宮城県内石巻に奉仕活動をして頂く事に感謝を申し上げます。

太極拳とは・・・

太極拳は昔の中国の農民武術なのです。収穫物を持っていかれないようにと生まれたのが起源です。現代は武術では無く健康の意味合いで行われています。戦後昭和24年毛沢東政権下、お金をかけず国民を健康にすると言う事で考えだしたようです。日本のラジオ体操みたいなものです。日本に普及したのは制定拳、昭和31年です。世間一般で行われているのは主要な24の動きから構成されている24式太極拳と言います。他には剣や棒を使ったものもあります。



ひきつけられる魅力

不思議であるから惹かれるのです。手も足も出してないけれど、人を倒せるのです。実践してみましょう。

**竹内会員お疲れ様でした。
痛かったよね・・・(笑)**

旧大宮市太極拳協会会長
現さいたま市太極拳連盟理事
掬華太極拳練会会長 **鹿野長治様**



関節の極め

関節の極め。関節の密位と言います。密位から最密位という操作をするのが柔道整復術といいます。ほねつぎです。太極拳も柔道も人の関節をきちっと極める事なのです。極めの効果はドアを想像して下さい。ドアは90度あきますよね。それを60度くらいしか使っていないので、残りをきちっと使う事が重要なんです。それが使えるようになれば、体全体が良くなるのです。しかし、血液サラサラの薬を飲んでいらっしゃる方は要注意です。内出血してしまいます。梢節、中節、根節を極める。太極拳は手のひらで相手を手玉に取るのです。

人間のお腹は優れている

人間の体、お腹は優れた化学工場みたいなものなんです。自分の体の中で発生した事は自分の体の中で直せるようになってきているのです。

何を食べても消化して全て体になり爪が伸びたり、髪の毛が伸びたりするのです。自分を信じて下さい。「背に腹は変えられない」の言葉通りお腹は大事にしましょう。ご清聴ありがとうございました。皆様ご健康でお過ごし下さい！



- 創立：昭和30年12月2日 ● 例会日：毎週水曜日 12:30～13:30 ● 会場：パレスホテル大宮
- 事務局：〒330-0802 さいたま市大宮区宮町1-95岩井ビル2-2階 ● TEL: 048-645-0130 ● FAX: 048-647-1714
- E-mail: o-rotary@bz01.plala.or.jp ● HP: http://www.orotary.hs.plala.or.jp/

鹿野様卓話ありがとうございました。 浅野仁 石井宣子 岩崎彰 大瀧榮壽 小林憲樹 小林義久 櫻井義久 清水啓生 進藤博司 高山利弘 竹内裕司 田中康之 徳山義行 中川高志 橋本和久 星野晃一郎 星野秀敏 森正志 山本和保 岩井良彦 岩瀬雄一 兼杉涼二 齋藤守毅 関口茂

お客様ようこそ。 星野晃一郎

在会5年祝ありがとうございます。態度が大きくて申しわけありません！

星野幹事在会5年おめでとうございます。 小林義久 蓮池慎二 祝原英隆

星野幹事在会5年おめでとうございます。まだ5年なんですわ。 田中康之

星野幹事在会5年おめでとうございます。これからも末永くよろしくお願ひ申し上げます。 橋本和久

星野幹事在会5年おめでとうございます。5年以上のキャリアですが...

祝原さん司会ご苦労様です。

今井雄一 岩田尚明 栗岡宏治 小林治夫 善行地潔 中川高志 橋本和久 星野晃一郎 三浦守 星野晃一郎 三浦守

10月23日東北奉仕、皆で石巻一緒に行きましょう。

橋本会長、毎回会長挨拶楽しみにしています。

徳山副会長RLIパートI お疲れ様でした。

10月21日(金)職業奉仕部門セミナーご参加よろしくお願ひします。

藤間さん、先日は心のこもった手打ちそば、感動的なおいしさでした。次回も楽しみにしています。

9月26日霧が峰高原トレッキング皆様ふるってご参加下さい。

いつもお世話になります。本日は所用でお先に失礼します。

9月の誕生日お祝い頂きました。ありがとうございます。

今年は台風が多いですね。連休の空が心配です。

10月9日午後1時より浦和パルコ前にてロータリーヴォイシーズのステージがあります。

私事で恐縮ですが！本日NHKFM「日刊！さいたまーず」に出演いたします。テーマ「大宮盆栽を世界へ」です。

田中さん先日はホテル旅館組合の仕事お手伝いありがとうございました。

日曜日、宝塚観劇で至福のひと時を過ごしてきました。

小坂良二 星野晃一郎 三浦守 福島謙二 岸聡 小川武士 戸井田修 洪木理俊 川島利雄 石井優 橋本和久 橋本和久

委員会報告

9月26日(月)霧ヶ峰行き高が1700mくらいあります。長袖長ズボンでお願ひします。



本日の合計金額 64,000円

本日までの累計金額 694,000円

ご協力ありがとうございました。



RLI 終了証授与



米山奨学金



大阪北梅田ロータリークラブへ行って来ました。



21日の例会はお休みです。お間違いないように！

在会5年のお祝い

在会5年おめでとうございます！



態度が大きくてスマセン!! (笑)



司会 祝原 会員

次回例会案内 第3018例会 2016年 10月5日 12:30
第2770地区 2015-2016年度ガバナー 井原 實 様

本日のランチ 中華弁当



スマイル 戸井田 会員 出席 傅煥翔 さん

当日	例会	会員数	出席率
9月14日	第3016例会	66名(64名)	47名 73.44%
前々回	例会	メイクアップ	修正出席率
8月31日	第3014例会	3名	81.25%



ごちそうさまでした...