



WEEKLY REPORT

No. 1439

<本年度クラブ会長方針>

家族に感謝、職場に感謝

承認 1985年2月12日 例会日 木曜日12:30 例会場 名古屋東急ホテル
会長 松本 哲朗 事務局 名古屋市中区栄4丁目6番5号丸越ビル6F
幹事 杉本 忠夫 電話 (052)251-0181 FAX (052)251-0337 〒460-0008
URL http://www.nagoya-osu.org E-mail office@nagoya-osu.org

インスピレーションになろう

<2018-19年度R.I.テーマ>
R.I.会長 バリー・ラシン

第1680回例会

基本的教育と識字率向上月間
／ロータリーの友月間

平成30年9月20日(木)

外部卓話
於 名古屋東急
REEEホテル

出席計算数
45名中30名出席
出席率 66・67%

前々回出席率 89・13%

例年プログラム

★敬者のお祝い

★ハナー披露

(地区補助金事業報告)

★外部卓話

ロータリーソング

「それでこそロータリー」

指揮者 田崎 雅三
ピアノ伴奏 富坂 玲子

ゲスト

株式会社アプグロ代表

日比 勝巳さん

ピクチャー

大山RC 松平 實胤さん

ミニボックス

少し気温も下がりますししゃやくくなりました。日比さん「軸」して「の」お話しして頂くお願いいたします。

松本 哲朗

日比さん卓話おねがいします。

松茸のかわりに。 杉本 忠夫
照井 栞

日比さんよろしくお願ひします。

横井 衛・岡田 尚彦
前田 隆久・吉田 憲一

日比さんよろしくお願ひします！

林 順治
横川 誠人

岩崎さん大変お世話になりました。

春日井和良
尾上 昇

ありがとうございます。

鬼頭 茂成
酒井 修

お友達がとても感激してました。

照井さんありがとうございました。

川合 美幸

「中秋の名月」

先週末と今週末で3連休が2回続きます。年によって祝日の位置が変わり長めの休みになるこの時期をシルバークロニクルと呼びようになりませんが今年はその呼び方はないようです。



早いもので、8月の10日(土)のお世話になりました名古屋東急REEEホテルでの例会も、次週が休みのので今日が最後になります。10月からはリニューアルされた名古屋東急ホテルに戻っての例会となります。

「中秋の名月」といのが今年は9月24日です。旧暦の8月25日

を中秋の名月と呼びますが月が地球を一周するのが29・53日のためひと月が30日の大の月と29日の小の月があり19年7回ある閏月もあつて年によつては10月だったり、9月でもあつて早かったりと変化します。また中秋の名月の日が満月とも限らず1日2日ずれたりのります。今年の9月の満月は25日です。

旧暦の7月8月9月を秋といひ中秋とは秋の真ん中の「8月15日」のことですが、もう一つ「仲秋の名月」といひ方があります。7月を初秋、8月を仲秋、9月を晩秋といひ時の仲秋で8月の各月のことです。日本でもお供えをして収穫を祝いますが英語でも「Harvest Moon」収穫の月といひます。



卓話

「筋」の時代から「軸」の時代へ、アクシスメントド

中心軸から体を支えるようになった新しい身体向エクササイズを体験してみませんか！



株式会社アプグロ

代表 日比 勝巳さん

アクシスメントドは

人間に秘められた法則性を知り、たった10秒の頭の体操で人の潜在能力を引き出すことができるようになります。

軸が整ふAUNEのなか

1. 筋肉が連動して

動かせるようになる

神経のブロックが外れ、神経伝達がスムーズになると、これまで使われていなかった筋肉までスムーズに連動して動かすことができるようになるので、ナチュラルな動きができるようになります。

その結果、出力や柔軟性の向上により姿勢改善や歩行状態が変化し健康へと期待出来ます。

2. 筋肉群を特定して

神経ブロックを外すことができる

アクシスメントドは人体を20の筋肉群に分けており、それぞれの筋肉群を指定して神経ブロックを外すことができます。つまり、部



位を特定して、その部分の機能を高めることができるのです。動きにおいて最も理想的な肉体とは、全ての筋肉群がバランスよく、同じレベルで機能している身体です。筋肉群の機能にはつぎがある、機能が弱い特定の筋肉群を伸ばすために、他の筋肉群の機能を高めるようになり、どんどんバランスが崩れていくようになります。全ての筋肉群が同じレベルで機能している身体であればロスの無い、理想的なバランスの取れた肉体を作ることができるのです。

健康にも運動にも「軸」が大切なことは周知されてきましたが、どの状態が「軸が整っている」とか「どの様に軸を整える」かはあまり明確にはなっておりませんでした。が・・・【骨格】の構造面と【筋肉】の機能面に軸がある事が分かりました!! 今回は筋肉(機能面)の軸が整う事が出来、その場で再現性の高いアクシスメソッドを紹介させて頂きます。

【バナー披露】
(地区補助金事業報告)
国際奉仕委員長 渡辺 観永
 当クラブ地区補助金事業(ミャンマー国マンダラー市域の内戦孤児院への設備支援)の支援先である「シユエグ二孤児院」の出身で、当クラブ例会(7月12日)にも参加いただいた



【敬老のお祝い】
クラブ奉仕委員長 春日井和良
 今年度、古希を迎えられる酒井修さん、山口 正孝さん、照井 葉さん(例会ご欠席3名の方へ、クラブ奉仕委員会より、お祝いの松茸をお贈りしました。皆様の益及ご活躍下さい。

- 古希 酒井 修さん(写真右)
 - 古希 山口 正孝さん(写真左)
 - 古希 照井 葉さん(ご欠席)
- *写真中央はクラブ奉仕委員 川合 美幸さん

10月4日(木) 例会の案内
SPEAK OUT DAY
10月11日(木) 例会の案内
例会変更 10月9日(火)
4RCC合同例会
 於名古屋観光ホテル

公共イメージ向上委員会
 前田 隆久・杉浦 令淑
 川畑 博敬・竹林 正人
 *本文は、原則 頂いた原稿を転載しています。

たサンダーモーさんが、現在米山奨学生としてお世話になってる川西RCCを訪問してまいりました。サンダーモーさんを通じて「シユエグ二孤児院」より記念品(タペストリー)を預かってまいりましたのでご報告いたします。

・川西RCC
 第2680地区(兵庫県)

第175回ゴルフ例会 平成30年9月12日(水) 於 春日井カントリークラブ

<優勝> 田崎 雅三
 腰を悪くして(椎間板ヘルニア)2年半、まともなゴルフができませんでした。ゴルフはメンタルなスポーツと言いますが・・・スタートホールで岡田さんが長いパーバットを決めて、私の気持ちに火が付きました。腰痛なりのゴルフでしたが、最後まで気持ちを張ってプレーできたことが良い結果につながりました。岡田さん、酒井さん、宇瀬さん、同伴者の皆さんありがとうございました。

※翌日は整体2か所行きました...



- <準優勝> 宇瀬 厚
- <バスコロ> 田崎 雅三
- <ニアピン>
 NO.2 中原 康雄 NO.14 川合 美幸
 NO.17 川島 勇基
- <ドラコン>
 NO.3 中原 康雄 NO.12 田崎 雅三

		OUT	IN	GROSS	HDGCP	NET	次回HCP
優勝	田崎 雅三	41	39	80	11	69	6
2位	宇瀬 厚	46	47	93	22	71	18
3位	中原 康雄	41	51	92	14	78	13
BB	川合 美幸	74	64	138	36	102	—