



第2730地区 鹿児島西ロータリークラブ

第 2529 回例会

12月 は 家族 月間

平成26年 12月 24日

● 例会場 〒892-0828 鹿児島市金生町3番1号 山形屋1号館7階 社交室 毎週水曜日 12:30~13:30
● 事務所 〒892-0828 鹿児島市金生町3番1号 山形屋1号館9階 ☎223-5902・FAX 223-7507

会長 鮫島 信一
幹事 七枝 敏洋
会報委員長 三木 武幸

本日の主要
プログラム

第52回 年次総会 ・2016~17 会長・幹事選出
・2015~16 会計・部門理事選出

- (1) 四つのテスト唱和
- (2) ロータリーソング (それこそロータリー)
- (3) 会長あいさつ
- (4) 会務報告
- (5) 出席報告
- (6) ニコニコBOX披露

会長挨拶 鮫島 信一 五十肩

皆さん今日は。早いもので、本日は2014年度の最後の例会になりました。私の会長も期間としては半分過ぎたこととなります。色々申し上げたいこともあります。いずれ上半期の報告会がありますので、その時に譲ります。しかし、皆様方のご支援ご協力のおかげで上半期が無事終わろうとしていることに対し、心から厚く御礼申し上げます。

本日は、ご案内の通り年1回の総会ですが、次々年度の会長、幹事、次年度の理事会計の選任をお願いすることになっていきますのでよろしくお願い致します。

さて、本日の挨拶演題としては、健康増進一口メモの中から「五十肩」を取り上げてみました。

健康増進一口メモ 「五十肩」

肩や肩の周囲が痛み、関節の動く範囲が制限される肩関節周囲炎という病気があります。中年の世代におこりやすいので、よく「五十肩」と呼ばれています。最初の症状は痛みが中心で、関節を動かしても動かさなくても痛みます。また夜間に痛みが強くなる傾向があります。

数週間から数か月すると、徐々に肩の関節が動かしくくなり、服を着替えることが不自由になるなど、生活動作にも影響してきます。たいてい1~2年で自然に治まりますが薬を使った治療や、

症状にあわせた体操を組み合わせることによって、痛みがやわらぎ、肩関節が動かしやすくなるものです。

症状の出始めは、飲み薬や貼り薬などで痛みをとることが治療の中心になります。強い運動は逆効果で軽い「振り子運動」などが向いています。痛みがおさまり、関節の動きが悪くならないようにする段階になったら、「挙上運動」や「外旋運動」などが効果があります。ただし、動かす仕方によっては痛みが強くなってしまいますので、整形外科できちんと診断を受け、医師と相談しながら症状にあわせた体操を指導してもらってください。

詩吟 唐時代の作品から

ぜっ くと ほ 甫 (唐)
絶 句 杜 甫

こうみどり とりいよいよしろ
江碧にして鳥愈々白く

やまあお はなも ほっ
山青くして花燃えんと欲す

ごんしゅんすまたす
今春看又過ぐ

いず ひ これかえ とし
何れの日か是歸るの年

前半で白と緑、青と赤の美しい色のコントラストを、後半でやみ難い故郷への慕情を詠っています。

◇前回の例会(12月17日)の報告

会 員 数	76 (73) 名
出 席 数	44 名
出 席 率	60.27 %

◇前々回の例会(12月3日)の訂正

出 席 率	75 (67) %
訂 正 出 席 数	45 名
訂 正 出 席 率	80.60 %

前回の例会記録（12月17日分）

〈プログラム〉

クリスマス家族会

（城山観光ホテルレインボーホール 18：30～）



〈ゲスト〉敬称略

- ①Eクラブ：
桐明 桂一郎、西 孝司、福島 徹郎、松元 直美
- ②プロバスクラブ：
京田 薩夫、小村 正範、星原 昌一
- ③西ローターアクトクラブ：
木房 知弓、中野 由貴子、橋本 真梨子、
窪 真規子
- ④米山奨学生：熊 華磊、張迪、知桜

（出席者）会員 44 名、ご夫人 20 名、中学生以上 23 名、小学生 10 名、幼児 5 名、ゲスト外 15 名 合計 117 名

〈ビジター〉昼間受付分

中央RC 西村 浩司君 外 2 名

〈新会員入会式・バッジ贈呈〉

おうさつ塾 代表 川本 篤勇君（紹介：七枝会員）

〈会務報告〉

1. 西都ロータリークラブ創立 30 周年記念式典無事終了のお礼状が届いております。（祝電をおくりました）
2. 来週の例会は年次総会となっております。
 - ・ 2015～2016 会長・幹事選出
 - ・ 2014～2015 理事・役員選出
 アセンブリーをご持参ください。

3. 来週 24 日の例会終了後、事務局移転に伴う資料整理を行うため、会長・幹事経験者、関心のある方お残りください。

.....〈第2回 鮫島会長杯親睦ゴルフコンペ開催〉.....

12月21日(日)、鹿児島高牧カントリークラブに於いて開催されました。参加者 11 名。

優勝は平野次秋君、準優勝は中園雅治君、3 位は菊永昭二郎君でした。



鮫島 信一君

本日は、クリスマス家族会に多数ご出席いただき、ありがとうございます。楽しい家族会になります様祈念してニコニコします。

鮫島 信一君、七枝 敏洋君

本日入会された川本篤勇様とご家族の寿枝様、奈々様、鹿児島西ロータリークラブクリスマス家族会によるご越しくださしました。当クラブは親睦も奉仕も一所懸命です。ご活躍を祈念して、ニコニコします。

古木 圭介君

受付で原さんにニコニコを強要されました。「何か良いことがあっただろう！」と言われました。良いことは家族揃って今年もロータリーのクリスマスパーティーに出られたことですのでニコニコします。

深尾 兼好君

年末おしつまった27日、MBCラジオでCMグランプリの審査委員長をやります。14：00～生放送ですのでトチらないことを願ってニコニコします。

原 正親君

クリスマス家族会に御参加いただきました皆様に感謝を申し上げニコニコします。

小計 10,000円 累計 162,000円

次回予告

- 12月31日(水) 年末により休会
- 1月9日(金) 市内RC新春合同例会
(12：30～鹿児島サンロイヤルホテル)
※1月7日(水)はありません。
- 1月14日(水) 定款により休会
- 1月21日(水) 例会 ドルフィンポート・ドルフィンホール
クラブフォーラム
- 1月28日(水) 例会 ドルフィンポート・ドルフィンホール
クラブ協議会

市内RC例会プログラム

東RC	12月25日(木)	定款により休会	山形屋	中央RC	12月29日(金)	定款により休会	山形屋
	1月1日(木)	祝日により休会		東南RC	12月30日(火)	定款により休会	サンロイヤル
北RC	12月25日(木)	定款により休会	レプラント 鹿児島	城西RC	12月30日(火)	定款により休会	東急イン
	1月1日(木)	祝日により休会		南RC	12月31日(水)	定款により休会	サンロイヤル
サザウインド RC	12月25日(木)	定款により休会	東急イン	西南RC	12月31日(水)	定款により休会	ゆうづき
	1月1日(木)	祝日により休会					
鹿RC	12月26日(金)	定款により休会	山形屋	※1/5(月)～1/9(金)の各RC例会は市内RC新春合同例会のため12：30～鹿児島サンロイヤルホテルに変更			
	1月2日(金)	定款により休会					

鹿児島西RC

Eメール・アドレス info@kagoshima-w-rc.jp
ホームページアドレス http://www.kagoshima-w-rc.jp/

RIのホームページアドレス http://www.rotary.org/
日本のホームページアドレス http://www.rotary.or.jp/
第2730地区ホームページアドレス http://www.2730rc.jp/

