

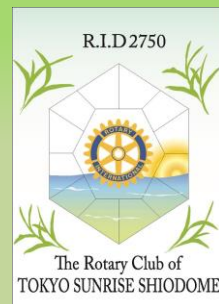


Be a gift to the world

世界へのプレゼントになろう

◆ WEEKLY REPORT ◆

R.I.D.2750 Chiyoda ⊕ Pacific Basin Group The Rotary Club of TOKYO SUNRISE SHIODOME



2015-16年度 会長 梅澤武男

クラブテーマ「奉仕を实践しロータリーを楽しもう」

◆ 第 2750 地区ガバナー：水野 功 地区テーマ「未来に向けてロータリーの心と原点を大切に」

No.38 16.July. 2015 発行

第 33 回 例会

【日時】2015年7月9日(木) 12:30~13:30 【例会場】ロイヤルパークホテル ザ 汐留
【例会出席】会員数：20名 / 名誉会員1名 【出席者】18名 / ビジター1名 / ゲスト2名
【出席率】90% 【修正出席率】
【ニコニコBOX】¥23,000— ≪今年度累計≫¥38,500—

≪プログラム≫

司会：吉田勝重 SAA 委員長

- ◇ 開会点鐘 梅澤武男会長
- ◇ 斉唱：「奉仕の理想」 山岡由佳会員
- ◇ 会長挨拶 梅澤武男会長
今日の例会は、出席率が初めて90%で、ほとんどの会員がそろい、うれしいです。今日は3名のお客様を迎えましたので、楽しい例会に致しましょう。
- ◇ 会長報告
7/7の野球観戦親睦会、吉田会員ありがとうございました。 梅澤武男会長
- ◇ ビジター・ゲストのご紹介とご挨拶
田中裕規様：卓話楽しみにしております。よろしくお願い致します。
渋谷様（御殿場RC）：建具の仕事をしており、本日は建具の全国大会で東京に来ています。御殿場RCは来年で50年。60名の会員が居ります。ほとんどの会員が例会100%出席率です。私も10年間100%です。47年100%の大先輩もいらっしゃいます。
草薙琢也様：ソニー生命で務めております。熊谷さんとは10年くらいのお付き合いです。社交の場に来ることは得意ではなかったが、また皆様とお会いできればと思っております。 湯川愛里幹事
- ◇ 幹事挨拶／報告
①7/7にロータリー財団奨学、学友、VTT委員会、奨学生渡航前セミナー開催の報告。
②千代田グループ：来年5/29,30国際大会（ソウル）には2750地区から800名の参加動員依頼。
③「ロータリーの友」電子版：閲覧方法確認。
④ポリオプラスプログラム研修セミナー：8/23 9:30~ 7/17申し込み締め切り
- ◇ 委員会報告
社会奉仕委員会 立堀佳男委員長
10/10,11 港区民祭りに汐留RCも参加。8クラブが参加予定。
8/25に打ち合わせに行って来ます。
親睦委員会 志村堅二委員長
10/15,16、一周年記念移動例会。岐阜県瑞浪市。
15日：ゴルフ、観光、親睦会。16日：瑞浪RC例会参加（12:30~13:30）
- ◇ 出席報告 山本教夫出席委員長
- ◇ ニコニコボックス発表（敬称略） 立堀佳男会員
梅澤武男：田中裕規様、卓話よろしくお願い致します。草薙様、ようこそおいでくださいました。
御殿場RC渋谷様、ようこそおいでくださいました。吉田会員、先日は東京ドームでの親睦、ありがとうございました。

◆ 会長：梅澤武男 ◆ 幹事：湯川愛里 ◆ 副会長：愛知とし子【発行責任者】梅澤武男

【創立】2014年10月15日 【例会日】毎週木曜日 12:30~13:30 【例会場】ロイヤルパークホテルザ汐留
〒160-0022 東京都新宿区新宿 7-27-45 鈴木ビル 402 / TEL:03-6273-9030 / FAX:03-6413-1775
【URL】<http://suns-rc.org/> 【E-mail】office@suns-rc.org

愛知とし子：先日、初めて宝塚観劇を楽しみました。なんと指揮者の方が私の先輩でびっくり！！

学生以来ぶりの再会でニコニコ

湯川愛里：梅雨明けまであともう少し。待ち遠しいです。

山本直道：上着を着てこず、ロータリーのバッチも忘れました。どうしましょう？（笑）ニコニコします。

岩田美智：時間切れ...

志村堅二：明日から少し天気も良くなるとのことで、週末はゴルフも大丈夫でしょう。

山岡由佳：久しぶりの例会出席に大変緊張しております。申し訳ございません。

立堀佳男：ここ一週間、雨ばかりですが、明日から多少良くなりそうです。又、明日はお酒を飲みに行つて来ます。酒のつまみがゴルフです。

山本好文：雨は毎日続いています。体調を崩さないように、皆様お過ごしください。今日の出会いをうれしく思います。

山本教夫：今日は担当以来、最も高い当日出席率で喜ばしいです。本日は多くのお客様にもお越しいただきまして、併せてニコニコです。

熊谷行裕：今日、私の友人のソニー生命の草薙さんをご紹介します。元気な方なので、皆様よろしく願います。

吉田勝重：7月7日の親睦会、皆様ありがとうございました。

◇ 卓話「現代病は食原病 食べない健康法ファスティング」

田中裕規様

錦糸町でファスティング&ボディメイクジム「TUKURU-ツクル-」の代表トレーナーをしております。スポーツ選手など3,000人以上のファスティングによるボディコンディショニングを行っております。自身も毎月5日間のファスティングを行い、これまでに41日間ファスティングや12日間の歩きお遍路ファスティングを実践するなど、様々なファスティングの可能性を日々研究し、病気が蔓延している現代社会に、身体の機能に必要な酵素ドリンクだけを飲みながら行う食べない健康法「ファスティング（断食）」と食べる健康法「食育」を広める活動を行っています。

田中式ファスティングは、筋肉は落とさずに脂肪が落ちることに好評を得ています。また、人の身体はすべて食べたものでできています。70年前までは、飢餓、空腹、粗食が当たり前でしたので、自然に食べたもので解毒できていましたが、現代社会の食生活では、食べることで逆に脂肪に毒素を溜めてしまうので、ファスティングが必要なのです。ファスティング後は脂肪に溜まった毒素も燃やされ、腸内環境がきれいになり、解毒が上手な腸になります。また、味覚も正常になり、添加物などの味覚に敏感になるなど、美味しいものを美味しいと感じるようになります。ファスティングと食育を同時に行うことで、体内の変化だけでなく、お肌がきれいになったり、鼻炎が治ったり、やけどの回復が早くなったり、ニキビが出来にくくなったり、身体パフォーマンスも良くなります。

ファスティングは体内のがれき掃除、大掃除のこと。子供が食事を選べるようになるまでは、日々の掃除（毎日食す内容）が大切なので、本物の食育が大切です。大人の私たちは、健康な身体を維持するために日々の食事改善と共に、ファスティングでの大掃除も大切なのです。これからも皆様にファスティングと食育の大切さをお伝えし続けたいと思っています。今日はありがとうございました。

◇ 講評

梅澤武男会長

今日は素晴らしい卓話をありがとうございました。

◇ 閉会の点鐘

梅澤武男会長



小川会員・田中裕規様



山岡会員・熊谷会員・草薙琢也様

《今後の主な行事予定》

- ◇ 7月23日（木）ガバナー公式訪問
- ◇ 10月15～16日（木）親睦旅行

《今後の例会スケジュール》

- ◇ 7月23日（木）12：30 ～ 13：30
- ◇ 7月30日（木） 休会
- ◇ 8月6日（木）18：00 ～ 20：00