



国際ロータリー第2770地区  
さいたま欒ロータリークラブ

クラブテーマ  
**みんなで祝おう 15周年**

**みんなで楽しもうロータリー！！**

インスピレーションになるう

第 677 回 例会プログラム「卓話例会」

会長挨拶 第 15 代会長 本多正和

クラブテーマ「みんなで祝おう 15 周年、みんなで楽しもう皆様、心 1 つにして頑張りましょう。

さて本日は、さいたま欒 RC の親であります、さいたま中央浦会長、市川幹事、三富直前会長、大変お忙しい中、表敬訪問頂き、ありがとうございます。三浦会長には銀行のゴルフ大会、の会等、そして大切なうちのお客様でもあり、大変お世話になります。また創立 15 周年を迎える、うちのクラブの親クラブとして、ご指導頂ければと思います。ラジャン会長とは、第 3 グループ会長幹事会等で親睦を深めている所でございます。

本日の例会は「ビジネスマンの健康な体づくり」と題し、ディエタ代表の島陽平様をお招きして健康な体づくりの卓話でございませす。皆様も興味がある事と思ひます。元気に健康な毎日を送るためには、よく言われております普段から体を動かしバランスの良い食事を取る事が大切、1 日 8000 歩のウォーキングや、1 日 350 g 以上の野菜を取る事が効果があるそうです。なかなか毎日の事では、難しいかなと思ひます。病気はお金で治療する事が出来ても、健康はお金で買う事は出来ません。私も本日の卓話、楽しみにしてあります。

台風 21 号が北陸地方を通過中に、本日多数の皆様の例会出席をありがとうございます。今回は非常に大きく強い台風で、今年最大と聞いてあります。私の商売柄、ネットの心配をしている所でございませす。つい先日にも、さいたま市のあちこちで集中豪雨が有り、道路の冠水や床下浸水もあつたようです。大宮では雹も降つたようです。今年、日本はもとより、全世界でいろいろな災害が発生しています。これから関東では、今までに経験した事のない台風が上陸する可能性もあつたります。

前回もお話させて頂きましたが、防災 3K「気づく、考える、行動する」をやって頂き、自分の身は自分で守って頂きたいと思ひます。

幹事報告 第 15 代幹事 柳川一嘉

- |                        |         |
|------------------------|---------|
| 1. 理事会報告 (本日 17 : 30~) |         |
| ①新会員歓迎会事               | 三上 等会員  |
| ②10 月 2 日卓話例           | 竹内 儀治会員 |
| ③12 月例会プログ             |         |
| ④新会員オリエン               |         |
- 業報告  
会事業計画について  
ラム変更の件  
テーション事業報告

ロータリー」、RC の三にお越し警察官友つてあり



- ⑤新会員のカウンセラーの件
- ⑥9 月・10 月・11 月の例会プログラムについて

2. セミナー連絡

- 9/22 (土) 1000 日会員の集い (幹事、折原会員、町田会員、林会員参加)
- 10/4 (木) 職業奉仕部門セミナー テーマ (夢は語るもの)  
講師 神田 正 (日高屋 会長)  
参加希望: 荒蒔会員
- 11/29 (木) ポリオ撲滅カウントダウンチャリティーコンサート  
さいたま芸術劇場音楽ホール チケット 3000 円販売中  
RYLA 研修セミナー募集中

お客様

さいたま中央ロータリークラブ  
会長 三浦豊代様  
幹事 市川義明様  
直前会長 三富俊之様



さいたま大空ロータリークラブ  
会長 ラジャン様

(株)DIETA 取締役 竹内真二様

セレモニー



ベネファクター認証 本多正和会長  
マルチプルポールハリスフェロー  
中村芳彦会員 伊藤操会員  
ポールハリスフェロー  
荒蒔良和会員  
米山奨学功労者  
高野則子会員 町田安弘会員

9 月誕生日祝い



第2回オリエン  
 告「私の研究と今  
 いて

自己紹介：山田茉委、23歳です。早稲田大学に通っています。主に美術史の研究を行っており、専門はマリー・ローランサンという画家です。

発表内容

- 1. ローランサン研究について 2. 留学計画について



例会プログラム 卓話例会「ビジネスマンの為の健康的な身体作り」



株式会社DIETA  
 代表取締役 島陽平様  
 パーソナルトレーナー 玉城なつみ様

健康を継続させるためには・・・

「栄養・休養・運動」が大切

スマイル報告

- さいたま中央RC三浦豊代会長様 本日は3名で表敬訪問させていただきます。先日は本多会長始め皆様で、さいたま中央RCに表敬訪問をありがとうございました。15周年も間近！今年1年間宜しくお願いいたします。
- さいたま中央RC市川義明幹事様 表敬訪問に参りました。宜しくお願い申し上げます。15周年を迎えますことを、お喜び申し上げます。
- さいたま中央RC三富俊之直前会長様 昨年度は大変お世話になり、ありがとうございました。今年度も宜しくお願い致します。
- さいたま大空RCラジャン会長様 本多会長、柳川幹事、おめでとうございます。今日は参加させて頂き、ありがとうございます。
- 本多正和会長 本日はさいたま中央RC三浦会長、市川幹事、三富直前会長、さいたま大空RC三浦会長、出席ありがとうございます。ディエタの島代表を始めとする講師の方々、卓話よろしくお願います。楽しみにしております。

テーション報  
 後の計画につ

- 井上久雄会員 本多会長、先日の新会員オリエンテーション出席、ありがとうございます。又、ドリンクの提供ありがとうございました。
- 三上 等会員 本日はさいたま中央RC三浦会長、市川幹事、三富直前会長、さいたま大空RCラジャン会長、ようこそいらっしゃいました。本日卓話を頂きますディエタ島代表、玉城パーソナルトレーナー、竹内取締役、宜しくお願いします。
- 中村芳彦会員 さいたま中央RC、さいたま大空RCの皆様、ようこそお越し下さいました。本日宜しくお願い致します。
- 富澤幸弘会員 島様、今日は卓話を宜しくお願い致します。楽しみにしております。
- 小川松雄会員 本日もよろしくお願いたします。
- 荒蒔良和会員 島様をはじめディエタの方々、ようこそいらっしゃいました。卓話楽しみにしております。また、さいたま中央RC、さいたま大空RCの皆様、財団奨学生の山田さん、ようこそいらっしゃいました。本日も宜しくお願い致します。
- 竹内儀治会員 皆様、こんばんは～！本日は台風が凄いのでお帰りは気を付けて下さい。
- 折原訓会員 お世話になります。本日、卓話楽しみに来ました。半年前にDIETAさんへ既に申込み済です。9月より必ず通いたいと思っています。
- 角田貴則会員 足元の悪い中、卓話ありがとうございます。本日も宜しくお願い致します
- 長塚洋一会員 元気ですか？皆さん、元気があるので台風も逸れて行きました。元気があれば何でも出来る！ みなさん、体は大事にしましょう。
- 町田安弘会員 本日の卓話楽しみにしております。
- 吉田八代美会員 台風の中、皆さんにお会いでき感謝します。気負付けてお帰り下さい。
- 神田雷蔵会員 今日は台風です。帰りの際は気を付けましょう。

9/4 26,000円(会員)累計 235,000円  
 (ビジタ)累計 46,000円  
 (2018.7月～)

月日	会員 総数	出席	欠席	出席率
9/4	28	20	8	71%

例会日 毎週火曜日 点鐘 19:00  
 例会場 ラフレさいたま5階 事務局 さいたま市中央区上落合 1-3-16-205

- 柳川一嘉幹事 本日は足元の悪い中、お越し頂きありがとうございます。さいたま中央RC三浦会長、市川幹事、三富直前会長、さいたま大空RCラジャン会長、(株)ディエタ代表の島様、玉城様、竹内様、本日は宜しくお願い致します。
- 高野則子会長エレクト 今日台風の中、さいたま中央RC会長三浦様、幹事市川様、直前会長三富様、さいたま大空RC会長ラジャン様、ようこそいらっしゃいました。(株)ディエタ島様、玉城様、竹内様、卓話を楽しみにしております。
- 伊藤 操副会長 本日も宜しくお願い致します。
- 野原哲夫直前会長 さいたま中央RCの三浦会長、市川幹事、三富直前会長及びさいたま大空RCのラジャン会長、ようこそお越し下さいました。(株)ディエタの島社長様、卓話楽しみにしています。
- 井上博明会員 本日は卓話を大変楽しみにしていましたが、悪天候のため休みます。