



Rotary Weekly



広島空港ロータリークラブ週報

2023年4月19日発行

会長 河井一郎 / 副会長 小島勘次 / 幹事 谷本佳弘 / SAA 兼田昌紀

事務局 三原市本郷南6丁目3-26番地 三原臨空商工会 2階

TEL 0848-86-0986 ・ FAX 0848-86-0992 ・ E-mail h.kukorc@vega.ocn.ne.jp

2022-23年度
国際ロータリーテーマ

例会会場 広島エアポートホテル TEL 0848-60-8111

5月 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31
休会 職場例会 休会 例会

第1260回 2023年4月9日 INTERCITY MEETING 記録

ホストクラブ 尾道RC (尾道国際ホテル 13:30~19:00)



テーマ「IMAGINE 健康寿命」

全体会議

13:30	開会 / 司会 開会宣言	尾道 RC 幹事 村上 伸一
	点鐘	G9 ガバナー補佐 吉田 大造
	国歌斉唱「君が代」	
	ロータリーソング「奉仕の理想」	
	歓迎の挨拶	尾道 RC 会長 中島 秀晴
	来賓紹介	G9 ガバナー補佐 吉田 大造
	参加クラブ紹介	尾道 RC 副幹事 安本 皇
	ガバナー挨拶	第2710地区ガバナー 石川 良興
	ガバナー補佐挨拶	G9 ガバナー補佐 吉田 大造
	お知らせ	尾道 RC 幹事 村上 伸一

14:00 休憩

第1部 基調講演

14:10	演題	講師
	「人生100年時代に向けて健康寿命を延ばそう」	厚生労働省 大臣官房生活衛生・食品安全審議官 佐々木 昌弘様

第2部 講演

15:30	演題	講師
	「人生100年時代を支える200年品質のカラダづくり」	株式会社タシマ創健 代表取締役 武田 幹生様

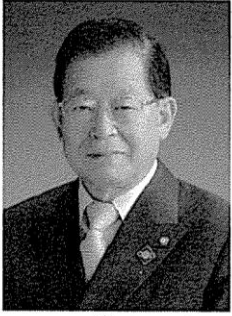
講評

16:40	講評	第2710地区ガバナー	石川 良興
	謝辞・記念品贈呈	G9 ガバナー補佐	吉田 大造
	次年度 G9 ガバナー補佐挨拶	三原 RC	田坂 潤
	閉会宣言	尾道 RC 幹事	村上 伸一
	点鐘	G9 ガバナー補佐	吉田 大造

17:10 休憩・会場移動

懇親会

17:30	懇親会	
	挨拶	IM 実行委員長 安保 雅文
	乾杯	バストガバナー 吉原 久司
	会食・歓談	
	ロータリーソング「手に手つないで」	
19:00	閉会挨拶	尾道 RC 副会長 高橋 宏明



祝辞

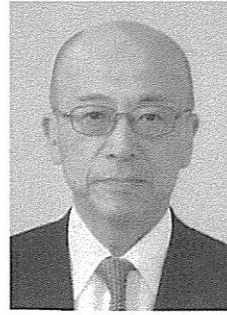
国際ロータリー第 2710 地区 2022-23 年度
ガバナー

石川 良興

国際ロータリー第 2710 地区グループ 9 インターシティミーティング (IM) が吉田大造ガバナー補佐主催、尾道ロータリークラブ中島秀晴会長の下に開催されますこと、誠にありがとうございます。IM を通して「ロータリーの心」を深く学ぶと共に、皆様の親睦の輪が更に広がり、地域の発展に、また世界平和に大きく貢献されますよう心から期待しています。

最近、コロナ禍によるクラブ活動の衰退と会員数の減少に殆どのクラブが悩まされています。そこで、本年度の IM は、①健康寿命の延伸、②奉仕活動、③そのために必要なロータリー財団支援、④活動成果をマスコミに訴えて公共イメージ向上、⑤会員の増強をお示しし、上記のうち、①健康寿命の延伸と他の項目の中から 1 つを選んで 2 項目についての発表を PETS 以後度々お願いしました。各クラブの得意とする分野の活動をワークショップ形式で発表していただき、多くの参加者に感銘を与えた発表が、次年度、各クラブで取り入れられたら、RI 会長のテーマ「IMAGINE ROTARY」の実践となるのではないかと思います、これを企画しました。しかし今回はワークショップの発表がないのが残念です。『人生 100 年時代に向けて』の基調講演 2 題をご高名な先生から拝聴し、IM の目的が達成できればと期待しております。今年度も残り少なくなりました、今最大の課題であります、平和と環境問題もご検討ください。

最後になりましたが、この度の IM 開催に当り、ご尽力頂きました安保雅文実行委員長を初め関係各位の皆様へ心から感謝申し上げ、祝辞とさせていただきます。



ご挨拶

国際ロータリー第 2710 地区 2022-23 年度
グループ 9 ガバナー補佐

吉田 大造

この度は 2710 地区グループ 9 インターシティミーティングにご参加いただき有難うございます。本年度は石川ガバナーの掲げられる「人生 100 年時代に向けて、健康寿命を延ばそう」のテーマに沿ってグループ 9 の皆様との研修の機会を設けていただきました。厚生労働省の佐々木昌弘様に基調講演を受けていただき大変に感謝いたしております。また第 2 部としては、尾道ロータリークラブの会員でもあります武田幹生さんに長寿社会に向けての身体作りについてご講演いただきます。現在の日本にとって高齢者の健康維持と自立は待ったなしの社会的喫緊の課題であることは誰もが認めることです。参加者の皆様にとりましても有意義で貴重な講演になることと期待しております。

グループ内の各クラブにとりましては会員の減少が常に問題となっている現在、本日のような研修・懇親を通して情報を共有し会員増強のための知恵を探っていく良い機会になることと期待しています。ご参集いただいた大切な時間を他クラブとの交流・懇親に十分役立てていただけることを願っております。

ホストクラブを務めていただきました尾道ロータリークラブ中島会長、IM 実行委員長安保様はじめ会員の皆様へ心より御礼申し上げます。



歓迎のご挨拶

国際ロータリー第 2710 地区 グループ 9
尾道ロータリークラブ
会長

中島 秀晴

本日は、国際ロータリー第 2710 地区グループ 9 のインターシティ・ミーティング (IM) の開催にあたり、石川ガバナーをはじめ、ご来賓の皆様にご臨席を賜り、また各クラブより多数のご参加をいただき、心より感謝し歓迎申し上げます。

尾道ロータリークラブは 1953 年に広島ロータリークラブのスポンサーにより、県下 3 番目のクラブとして誕生し、本年 1 月に創立 70 周年を迎えました。これもひとえに皆様方のお陰とこの場をお借りしまして、心より厚く御礼申し上げます。

IM の目的は、会員相互の親睦を深め知識を広めることであり、さらに会員の皆様にロータリー情報を伝え、奉仕の理念を学んでいただくことにあります。

本年度、石川ガバナーが掲げられたガバナー信条「人生 100 年時代に向けて、健康寿命を延ばそう」～がん・生活習慣病の予防～を具現化するべく、2 部構成の講演を予定しております。第 1 部では厚生労働省大臣官房生活衛生・食品安全審議官を務めておられる佐々木昌弘様による基調講演を、第 2 部では尾道ロータリークラブの会員でもある(株)タシマ創健代表取締役武田幹生さんによる講演「人生 100 年時代を支える 200 年品質のカラダづくり」を拝聴します。

お二方の講演で健康に関する見識を広げた後は、懇親会で親睦を深めていただければ幸いです。開催にあたり、何かと行き届きの点もあろうかと存じますが、ロータリーの友情と寛容の精神で何卒お許しいただきますようお願い申し上げます。歓迎のご挨拶とさせていただきます。

講師紹介（敬称略）

第1部 基調講演

佐々木 昌弘氏（ささきまさひろ）1969年生まれ
厚生労働省 大臣官房生活衛生・食品安全審議官
1998年秋田大学大学院医学研究科博士課程修了
1996年厚生省入省
2009年広島県出向 健康福祉局 局長
2017年厚生労働省 健康局がん・疾病対策課 課長
2022年同 大臣官房生活衛生・食品安全審議官（現職）

第2部 講演

武田 幹生氏（たけだ かんせい）1974年生まれ

株式会社タシマ創健 代表取締役

尾道ロータリークラブ会員

200年続く武田菊松接骨術の九代目当主

運動器（骨・関節・筋肉）の専門家として、「健康寿命の延伸」に力を注ぎ、地域の皆様の「體一元気なカラダと豊かな人生の実現」をサポートする。

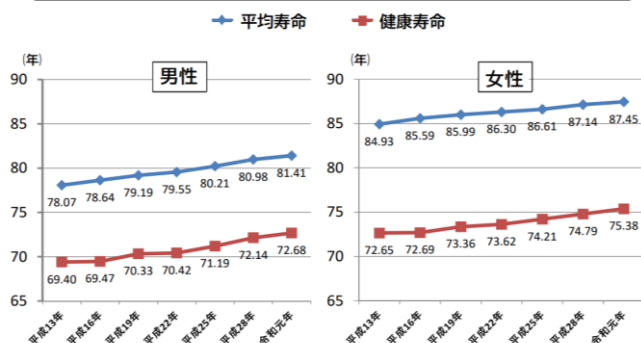
現在、接骨院と機能訓練型デイサービス、コンディショニングジムを運営し、尾道・松永地区に5店舗。スタッフは総勢60名。

資格/柔道整復師 日本スポーツ協会公認アスレティックトレーナー 柔道四段

健康運動指導士 介護支援専門員ほか



平均寿命と健康寿命の推移



「運動習慣」のある者とは

厚生労働省 国民健康・栄養調査では

**「1回30分以上、週2回以上
1年以上継続している者」**

と定義されています。

エクササイズの実践

○姿勢の評価（前屈・後屈・回旋）

①深呼吸（前傾）

②首（前屈・側屈・回旋）

③手首（モーターコントロール）

④Y・T・W・L 肩甲骨

⑤胸椎回旋（膝閉、手を肩・片手・手を鎖骨）

⑥前屈・グッドモーニング・椅子スクワット

⑦下肢筋力（片膝で手を膝・手を腰・椅子）

⑧スモウスクワット

⑨フォワードランジ・バックランジ



4月12日(水) ビジターサイン受付

(広島 RC) 金谷俊宗さん (東広島 RC) 村上幹雄さん (西条 RC) 今谷敏彦さん (広島北 RC) 鈴木孝幸さん

出席報告

	会員数 シニア会員	出席者	メイク	欠席 (免除)	出席率
本日 (4/9)	26 1	6 0	4	8 8	55.56

IM 参加者 6名

河井・鶴田秀樹・佐々木・近藤・森崎・川本

メイク 4名

楠部・三好・小島・鶴田幸彦