



小倉ロータリークラブ 週報

RIテーマ：“ロータリーは世界をつなぐ”

RI会 長：マーク・ダニエル・マローニー 氏
(所属：米国アラバマ州 シケーターRC)

地区テーマ：“不易流行～永続と変革～”

地区ガバナー：灘谷 和徳 氏(所属：福岡平成RC)

クラブテーマ：“小倉 RC の歴史と伝統を確認し 未来へ繋ぐ”

会長 加藤 守夫 / 幹事 八尋 重治



表紙写真(テーマ/迷いの窓)

京都の洛北の源光庵は、悟りの窓と迷いの窓とで有名です。四角の窓は、四苦八苦の人生の迷いを象徴しているとか。

【撮影：辰巳 和正 会員】

例会場 リーガロイヤルホテル小倉 TEL 093 (531) 1121

《報告に関して、敬称略》

例会日 毎週金曜日 12:30～13:30

事務局 e-MAIL : kokura@2700rid.com

事務局 北九州市小倉北区浅野 2-14-2 リーガロイヤルホテル小倉 2F

TEL (531) 1727 FAX (522) 4333

クラブ会報委員会 委員長：井芹 重文

副委員長：宮島 俊司

委 員：南浦 忠義、伊井 雅明、城 健一郎、松田 恵作、弓削 康弘、大川 雅弘、辰巳 和正

四つのテスト 1. 真実かどうか 2. みんなに公平か 3. 好意と友情を深めるか 4. みんなのためになるかどうか

本日の例会 第3420回

・ロータリーソング “我等の生業”

・会員卓話 (株)スターフライヤー

取締役執行役員東京地区担当 宮島 俊司 氏

第3418回 例会 記録

9月27日(金) 普通例会

・ロータリーソング “四つのテスト”

・卓話 ライトウォーク・ラボ 中島 香澄 氏

会長の時間

加藤 守夫 会長

小倉 RC の歴史を大雑把ですが確認しておきたいと思っています。そして 70 周年記念式典の当日には、自信を持って、ご来臨の皆様をお迎えしたいと思います。

我がクラブは昭和 24 年 11 月 26 日に福岡 RC をスポンサークラブとして誕生しました。井筒屋さんの地下で創立総会が行われ、翌 25 年 1 月 12 日に国際ロータリーのシカゴの本部に登録されました。創立メン



バーは 29 名でした。以来 70 年間、毎週金曜日を例会日と定め、奉仕の実践に努めています。戦後、日本が国際ロータリーに復帰後、九州で最初に新設された意義深いクラブです。例会場は、昭和 37 年の年末まで井筒屋地下食堂でした。翌年から小倉ホテルへと会場を移しました。小倉ホテルは、現在井筒屋横の「船場広場」となっています。平成 13 年 4 月に小倉ホテルから、現在のリーガロイヤルホテル小倉へと移りました。更に歴史を紐といてみますと、1952 年から 1992 年の 40 年間に、山口 RC、若松 RC、小倉東 RC、豊前 RC、小倉西 RC、小倉中央 RC の順に 6 クラブの創立に先人達が尽力されたと記録されています。また、1999 年には当クラブがスポンサークラブとなって北九州プロバスケットボールクラブが誕生しています。長い歴史の中で、小倉駅前に 8 メートルの三角時計を出資建設されたり、中央公園内にロータリーの森を造成して市に寄贈されたり、高校生への奨学金制度を創設し、その存在は北九州市民の知るところでありました。残念ながら、新都市計画で現在は撤去されていますが、その栄光は残っていると思います。一方、この 70 年間に鮎川さん、上野さん、そして原田(光)さんが 2 回のガバナーを務められ、地区のリーダーとして引っ張って頂きました事は皆様ご承知の通りです。これら私共の先人が残された数々の功績を皆の誇りとし、私達も更にロータリーの「奉仕と友愛」の基本理念をみがいて行こうではありませんか。

幹事報告

八尋 幹事

・来週 10 月 4 日(金)は、6 日(日)に変更して、ギラヴァンツ北九州応援例会となっています。13 時に西日本総合展示場新館 3 階会議室にお越しください。例会後にミクスタに移動しての観戦となります。なお、この日は IAC の職場例会を合同で行います。4 日(金)は例会はありませんので、お間違えのないようお願いいたします。

・「日本のロータリー 100 周年記念ピンバッジ」を皆様のボックスに配布しております。ロータリーバッジと共にお付けください。

出席報告

伊与田 委員長

2019 年 7 月 1 日：62 名でスタート

	会員数	出席者数	メイクアップ	出席率
当日の出席	67 名	37 名	—	66.07%
先週の出席	67 名	41 名	23 名	94.83% 修正後

- ◆ゲスト 1 名 (卓話者)
- ◆ビジター 1 名
 - ・永留 克記 氏 (遠賀 RC)
- ◆名誉会員 1 名
 - ・落合 喜久司 氏

新名誉会員紹介

落合 喜久司 氏

職業 福岡県警察
小倉北警察署 署長

【落合氏の挨拶】

名誉会員ということで、今後お世話になります。どうぞよろしくお願い致します。平素から警察活動にご協力をいただき誠にありがとうございます。小倉北署の警察活動のメインは工藤会の壊滅であります。最近も新聞等で会館関係のことが報道されていますが、10 月 23 日から主要幹部の公判も始まります。その証人となる方々の保護対策に万全を期しているところです。現在は皆さんが小倉の繁華街で暴力団を見ることはほとんどないと思いますが、目立った動きがないのが実態です。昨年 6 月 16 日、黒い背広を着て「夜回り」と称して暴力団 7 名が歩いたということで、県の迷惑行為防止条例に基づいて逮捕し罰金 420 万円を科しました。街を歩くだけで一人 60 万円と高いウォーキングとなったわけです。そうしたことで暴力団も街を歩けない状況になっています。また管内の飲食店にも暴力団の立ち入りを禁止する標章を貼るようお願いしていますが、まだ 56%に留まっています。会員の皆さんが利用するお店でこの標章を貼っていないところがありましたら、掲示するように働きかけをしていただければ幸いです。



ニコニコ献金

山口 副 SAA

9,000 円 : 累計金額 160,000 円

加藤 守夫 君

お陰様でこの 10 月 1 日で小倉 RC に入会して 20 年の節目となります。この間、親しくお付き合いして下さい心から感謝致します。ありがとうございます。これからはよろしくお願い致します。

辰巳 和正 君

①9 月 16 日の博多ヨットクラブの壱岐レースは、波高 3 メートル、風速 25 ノットの玄界灘を 32 マイル 4 時間 3 分 59 秒できり抜いて 25 チーム中の 3 着でした。

②9 月 23 日響ホールで、中村太地君のバイオリンコンサートを人間国宝の福島善三先生と楽しみました。

天ヶ瀬 洋正 君

9 月 21 日、当ホテル 28 階シャンボールにおいて、私が会長をつとめる唐津鶴城同窓会北九州支部総会を開催しました。昭和 48 年・第 1 回開催以後、最多の出席者がありました。シャンボールからの夜景とリーガロイヤルホテル小倉の料理が大いに評判を呼びました。南浦さん、ありがとうございました。

委員会報告

70 周年実行委員会

天ヶ瀬 委員長

①先週、記念式典・祝賀会のご案内を配布しましたが、ご夫人同伴としながら名前を書く欄が一つでしたので、訂正して再配布しています。また、多くの方に参加していただく、ご夫人だけでなく転勤された元会員、過去に卓話をされた方にもお声がけいただくこととしました。卓話の紹介者は、ご案内をよろしくお願い致します。

②式典で記念講演会を行います。市民参加型として、そのチラシを作りました。これを各事業所にお持ち帰りいただき、参加を呼び掛けてください。さらに多くの方に周知するために、このチラシを A3 に拡大コピーして病院や事業所に掲示してください。

卓話

ライトウォーク・ラボ 中島 香澄氏

『エグゼクティブのためのクール・ウォーク』



健康経営アドバイザーとして企業研修講師と姿勢・歩き方教室を運営しております。「健康経営」とは、少子高齢化が進む中、従業員への健康投資を行うことで経営の健全化を図る経営戦略です。経済産業省が推進しており、求職者向け企業のイメージアップとしても注目されています。健康経営を実践す

るにはトップの意識が重要です。身体を見直し、カッコよく、美しく行動した結果、若々しく健康でいられることを楽しくご体感いただきたく、今回のテーマといたしました。

長年の生活習慣である「歩き方」をこの時間で変えることはできませんが、せめてお気持ちだけでも10歳若返っていただきたいと思います。経営者や管理職の皆様は社員の鏡であり、企業の看板です。人前に立つ機会も多く、常に人に見られる立場です。会話を交わす前の歩く姿や横姿、後ろ姿などの見た目＝ノンバーバル（非言語）の情報から、人は無意識にその人の人となりを感じ取っています。ですが、その立ち居振る舞いは自分では気付きにくく、立場のある方にはなかなか注意もしづらいものです。そこで、3つのポイントを実技とともにご紹介させていただきました。

1) 姿勢を正す。仙骨立てエクササイズを行いました。背骨の一番下の二足歩行をする人間にしかない骨「仙骨」を立てることで背骨が軽くS字カーブを描き、肩こりや腰痛を防ぎます。骨格を支える全身の筋肉を使うので代謝も上がります。胸が開き、深い呼吸ができることで心も整います。身体の姿勢は心の姿勢です。合馬先生にご協力いただき Before&After をご披露いただいた後、皆様で実践いたしました。



2) 背中を意識する。自分では見えないところにカッコよさと若さが宿ります。人からは存分に見られています。立つ、歩く、座る際に、背中、後ろ側の筋肉を使うと、姿勢も正しやすく、前面の顔も若々しくなります。デスクワーク中の猫背、肩こり予防となる肩甲骨を上下左右に動かす、肩甲骨ビームエクササイズを行いました。

3) 足を地につける。立った時、座った時に足の裏のかかとからつま先でしっかりと地面を踏みしめます。特に座った時、座面の下に足を隠さないように、男性は両膝をこぶし2つ分ほど開き、膝の下にかかどがくるように足を地につけます。足元や手元には心の動きがあらわれます。足元を見られたり、足を掬われることのないよう身体を安定させ、どっしりと気持ちを落ち着けます。日常のデスクワークや会議で正しい姿勢を保ったまま座ると、集中力や理解力がUPし、アイデアも浮かびやすく、眠気も予防します。

「見た目年齢」は「体内年齢」です。颯爽と若々しく歩く姿は心身の健康の証です。先があると思える、憧れを感じる見た目の若さや素敵さは資産でもあります。血流を良くして、突然死を防ぐことも経営者や管理職の皆様には必須なことです。歩く時間や距離の「量」より、正しくカッコよく歩く「質」を高めることが身体を長持ちさせ骨密度を上げ、若々しさを保つ秘訣です。病気を未然に防ぐ生活習慣を早くから身につけ、「最期まで自分の足で歩く人生＝自立した人生」が、労働力不足

を補い、生産性を上げ、医療費を削減し、少子高齢化対策の土台となると考えております。社会と繋がり、遣り甲斐を持つことが結果、健康と経済の安定を図ります。

「正しく歩いて健康に、美しく歩いて心豊かに。」これからも精進し、お伝えしてまいります。この度は実技にもご協力いただきまして、会員の皆様には心より感謝申し上げます。ありがとうございました。小倉RC様70周年記念講演会では伝統にふさわしい皆様のクール・ウォークを楽しみにしております。



第3419回 例会 記録

10月6日(日) 親睦例会

- ・国歌斉唱
- ・ロータリーソング “奉仕の理想”
- ・ギラヴァンツ北九州応援

於：西日本総合展示場新館3階会議室

～ミクニワールドスタジアム北九州

会長の時間

加藤 守夫 会長

ギラヴァンツファンの加藤です。と言うよりも、当クラブの玉井さんを応援していました。そうしてギラヴァンツのホームゲームを観戦するうちに、サッカー観戦が好きになりました。ホームゲームは、およそ月に2回、週末に、ここミクニワールドスタジアムで開催されています。ミクスタはサッカー専用ですからとても観戦しやすく、迫力あるシーンを目の前にすることが出来ます。ルールが分からなくても面白いのです。試合が終ると出口につながる大階段の下で、玉井さんがお客さん一人一人をお見送りです。「玉井さん、今日も勝ちましたね!」「お客さんがもうすぐ1万人を越えるのでは!」短い会話も楽しみの一つです。皆さん是非これからもミクスタに足を運んで、J2入りを見届けようではありませんか! サッカーの試合の良いところは、野球と違って約2時間で必ず終わります。野球はいつ終わるか分かりません。サッカーは、試合の後に予定が立てられます。これが嬉しい! 昔のホークスがそうであったように、ギラヴァンツのチケットは何処の席でも簡単にゲットできますが、その内ギラヴァンツがJ1に入り、なかなか取れないプレミアムチケット

になる日が必ず来ると僕は思います。私はローマ時代の都市コロッセオのように、人と人のぶつかり合いを間近で観戦できる、この素晴らしい競技場とギラヴァンツを持つ北九州市が大好きです。

出席報告

伊与田 委員長

2019年7月1日：62名でスタート

	会員数	出席者数	マークアップ	出席率
当日の出席	67名	25名	—	44.64%
先週の出席	67名	37名	28名	96.55% 修正後

- ◆ゲスト 11名
 - ・小倉工業高校 IAC 顧問 2名
 - ・小倉工業高校 IAC 生徒 9名
- ◆同伴者 10名
 - 加藤(守)、原田(光)、天ヶ瀬、宇城、弓削、藤原会員のご家族・同伴者
- ◆ビジター 36名 (サインのみ)

ニコニコ献金

山口 副 SAA

5,000 円 : 累計金額 165,000 円

加藤 守夫 君

柏木さん、親睦活動委員会の皆様、今日はお世話になります。IAC の皆さんと一緒に熱い応援でギラヴァンツを J2 に押し上げましょう!!

原田 光久 君

9月28日、仙台で行われた第15回ロータリー日韓親善会議では、元慶應義塾長の安西祐一郎工業博士の AI(Artificial Intelligence 人口知能)についての「そうなのか」という点の多い講演があり、懇親会も豪盛でした。元 RI 会長 李東建氏のご挨拶の中で、儒教は韓国を経て日本に至ったと言われたことに…「そうではない」と思いました。翌日、夫婦で日本三景の一つの松島湾めぐりの船に乗りました。1時間弱の間、英訳も付きながら色々説明がありましたが、その中に瑞巖寺が天台宗から臨済宗に換ったというのがあり、そうなのかと思いました。

ギラヴァンツ北九州応援

昨年に引き続き、今年もギラヴァンツ北九州を応援目的にて小倉工業高校 IAC と合同例会を行いました。まず



西日本総合展示場新館に集まり両例会をスムーズに行い、その後歩いて近くのミクスタへ移動。秋晴れで風

が涼しい中、スタジアム内で会員のご家族とも合流し、まず弁当を食べ腹ごしらえしました。席は2階メインスタンドでしたが、ピッチがすぐ目の前に見え臨場感あふれていました！ 対戦相手はセレッソ大阪 U-23 でしたが、今年はギラヴァンツが J3 で2位と好位置で昇格への期待感もあり、スタジアムの熱気やボルテージがあがった中キックオフ。皆で熱く応援し前半は幾



度もゴールチャンスあるも相手のキーパーに阻まれ惜しくもノーゴール。



ハーフタイムに名誉会員でもある玉井社長が来られ、後半の健闘を誓いました。後半もゴール前で攻めていましたが、一瞬のすきに点を入れられました。その後は選手のフィジカルの強さも光り、相手の攻めをブロックし、0-2 で試合終了。

結果は残念でしたが、皆でスタジアムの雰囲気味わい北九州のプロサッカーチームを応援できたことは貴重な一時となりました。来年以降も続けて行えればいいなと思います。最後に例会場を用意して頂いた柏木会員、スタジアム手配でお世話になった玉井名誉会員、ありがとうございました。

【報告者：合馬】



米山記念奨学会「特別寄付金」

例会当日寄付者

・原田 光久

合計	2019-20 年度累計金額
3,000 円	219,000 円

次回例会予告

10月18日(金) 普通例会

・ロータリーソング “それでこそロータリー”

・卓話 北九州女性創業支援 ひなの会

事務局長 前田 浩信 氏

『理念経営と継承』