

前回 2月15日の例会記録

出席の状況

会員数 58名 (内出席免除 4名) 出席者数 45名 欠席者数 13名

出席率 80.36% 前々回訂正 92.73%

欠席者 原田, 加戸, 川本, 小橋, 小松原, 南葉, 西山, 高橋(裕), 竹本, 氏房, 山本,
(平野), (渡辺)

S.A.A.



原会員

今年に入って初出席となってしまいました。遅くなりましたが還暦のお祝いありがとうございました。



横山会員

25周年記念事業の一環で、タイを訪問された皆様には御苦労様でした。子供達やチェンライロータリーの方々は元気でしたか?



笠原会員

堀川会長、入江幹事、小松直前会長、おつかれさまでした。



相原会員

江本様、お忙しいところご足労いただきましてありがとうございます。本日の卓話、よろしく願います。



山田会員

江本先生、本日の卓話、楽しみにしています。宜しく願ひ致します。



金子会員

今週金曜日19日から、スローライフ番町の見学会を行います。宜しかったら、お寄り下さい。



植田会員

・先日講話を頂いた、岡山赤十字センターの廣江様から、血液が足りないの
でどなたか献血に来ていただけ
ないか?との問い合せがあり、野
球同好会のラインで案内をさせ
て頂いたところ、山田様、相原
様に献血に行って頂き、ありが
とうございました。
・江本様、本日は楽しみにして
おります。



堀川・小松・入江 会員:2月10日から本日まで25周年記念事業の贈呈式で、タイ、チェンライのパンヤネウ養護学校とアカ族の子供寮「若竹寮」「メコン寮」を訪問してきました。詳しくは3月の例会で報告させていただきます。



末吉会員

堀川会長、入江幹事、小松直前会長、ご無事にお帰りなさいませ。お疲れ様でございました。



西岡会員

金子会員様、津山の工事ではお世話になりました。ありがとうございました。

以上,10件 28,000円(累計 649,000円)

会長報告

2月10日から25周年記念事業の贈呈式のため、タイのチェンライへ行っていました。今朝福岡空港に着いて新幹線で岡山へ帰り、そのまま今日の例会に出席しています。養護学校及びアカ族子供寮(若竹寮)での贈呈式に出席し、それぞれ感謝状をいただきました。養護学校では、健康器具と遊具が揃えられており、記念撮影では、子供達が我先にと器具に乗り、とても嬉しそうにしていました。また、アカ族子供寮では、完成した鶏小屋にニワトリが50羽ほど、入れられておりました。春節の関係で、残りのニワトリの納入が遅れていますが、合計で110羽にする予定です。これから、子供達が世話をするのですが、ニワトリが落ち着けば、すぐにも卵を産むそうです。また、別の寮(メコン寮)への図書の寄付は、今月中に購入して行う予定で、完了後には写真を送ってもらうことになっています。詳しい報告は、後日実行委員会とクラブフォーラムで行います。

会長 堀川 辰也



幹事報告

幹事 入江 直人



- ① 本日の卓話の資料・2014～15年度決算書・家族親睦旅行のご案内を配付しております。
- ② 2016～2017年度版 ロータリー手帳の注文書を再度回覧致します。注文される方は該当欄にご記入ください。
- ③ ハイライトよねやま191号・他クラブ週報を回覧致します。
- ④ 次週2月22日(月)の例会は、創立記念夜間例会となっております。ご出席予定の皆様はよろしくお願ひ致します。
- ⑤ タイ、チェンライの「パンヤネウ養護学校」の子供たちがつくったキーホルダーを買ってきました。受付カウンターに置いてありますのでお子様、お孫様にお持ち帰りください。

例会プログラム

外部卓話

「筋膜とストレッチ」

はーと整骨院 江本 敦史 様



岡山市南区大福にて、はーと整骨院を開業しております、柔道整復師の江本敦史と申します。整骨院を開業して8年目になります。私は、高校卒業後10年間、税理士事務所に勤務しておりました。その後、全く畑違いの職業に就くことになったきっかけは、税理士事務所に勤務している時に腰が痛くなり、整骨院に通っている内に治療する側に興味を持つようになったからです。

厚生労働大臣免許の柔道整復師の資格を取得し、開業に至りました。私が得意とするのは、鞭打ち、ぎっくり腰、寝違えの治療ですが、スポーツ障害の治療も私の仕事の範疇です。

治療を重ねる内、筋膜のことを考えながら治療をするようになりました。筋膜とは筋肉を包む膜のことです。筋膜は、腸詰のソーセージをイメージして頂くと分かりやすいと思います。中身が筋肉で、ソーセージを包んでいる皮が筋膜です。

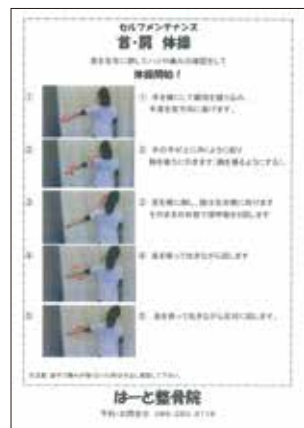
イメージ出来ましたでしょうか。

筋肉には関節を動かすという役割がありますが、筋膜は関節を動かすのではなく、支えるという役割があります。ソーセージにはビニールの包みがついていると、真っ直ぐ立ちますが、ビニールをはがすとだらっとなるのをイメージして下さい。

筋膜は日々の生活の中で、捻じれたり癒着したりし、トラブルの原因となります。筋膜が捻じれると、血液の循環が悪くなり、筋肉の動きが制限されます。それが痛みやコリの原因となるのです。この筋膜には繋がりがあり、足から頭へと繋がっています。例えば、足の筋膜に癒着があり、腰や首の痛みとなって現れることがあります。また、パソコンなどのデスクワークで腕の筋膜が癒着し、首が痛くなる場合があります。

厚生労働省の発表によれば、腰痛の85%の原因は不明とされています。病院の検査で異常がなくても、全体的に見ていく必要があります。そんな時、筋膜が原因となっていることが考えられるのです。

今日お話ししたことが、少しでも皆様のお役に立てればと思います。最後までご清聴頂きまして、ありがとうございました。



決算報告

会計 鴨井利典

2014-2015年度の決算書が出来ましたので、ご報告致します。一般会計におきましては1,270千円の黒字となりました。詳細につきましては、お配りした決算書をご覧ください。よろしく申し上げます。



第3回被選理事、役員会議事録

日 時 2016年2月8日(月)13:35~14:30

場 所 ホテルグランヴィア岡山3階「エメラルドの間」

1、開 会 会 長 岡本 和夫

司会・幹事 末吉 賢多

2、出席者の確認 副 幹 事 児島 正典

岡本和夫 竹本千代子 末吉賢多 児島正典 氏房信明 仲田錠二 入江直人 菊井慎也

相原利行 樋口芳紀 小松原隆代 鴨井利典 平松 信 岡本浩三 西山隆三郎 堀川辰也

大饗よし江

3、会長挨拶 岡本 和夫

4、審議事項

①年間行事予定 原案通り、承認

②P E T Sアンケート回答 会長より回答書について説明があった。

③次年度米山奨学生受け入れとカウンセラーの選任について

在籍)岡山大学 国籍)中国

受け入れること及びカウンセラーを岡本浩三会員にお願いすることに決定。

④クラブ活動・運営計画書と予算請求書の提出について

原案通り、承認

⑤高校生により岡山の歴史・文化研究フォーラムについて

第2回被選理事、役員会にて決定した通り、単独開催とする。

⑥R財団寄付を会費に含む件について 原案通り、承認

⑦IM実行委員会編成および実行委員会について 原案通り、承認

⑧その他

⑤について次年度以降、単独開催とするか否かについて討議した。

⑥について、米山奨学会の普通寄付金についても同様とする。

IM合同委員会の日程を決定し、通知することとする。

5、報告事項 特になし

6、閉 会 副 会 長 竹本千代子

例会情報

本日のメニュー (2月22日)

創立記念夜間例会

次回のメニュー (2月29日)

カンパチの炙り 茗荷とレモンボン酢

国産牛肉の和風ポトフ

デザート

コーヒー

パンとバター