

例会日:木曜日 12:30~13:30 例会場:尼崎市昭和通2丁目7番1号 都ホテル 尼崎
 毎月最終例会 18:30~19:30 事務局:尼崎市昭和通2丁目6番68号 尼崎市中小企業センター5階
 TEL 06(6401)7573 FAX 06(6401)7590
 URL http://amagasaki-southrc.com/ E-mail amasrc@amagasaki-southrc.com
 会長 久木元 悦子 / 幹事 宮崎 健一 / 広報委員長 平川 昌哉



VOL.36 No.4 2023-2024

Today's Program	Next Program
7 月 27 日 (第1647回例会) 「あまがさき観光局活動報告・案内」 一般社団法人 あまがさき観光局 理事長 内藤吉子	8 月 3 日 「税理士の投資教育って？」 花田 会員

前回(7月20日)の報告

1. ソング

「知床旅情」

2. ビジター紹介

大寄伸二 氏 (入会予定者)

3. 会長の時間

どうして温める事が大切なのか



エアコンと冷蔵庫の普及で、冷える環境下で私たちは生活をしています。また車や電車などの交通手段が整い、今生きている人の運動量が激減し、血の巡りが悪くなって低体温の人が多くなっています。冷える環境下に日常生活する我々は、意識して温める必要があります。運動することもしっかり、食生活は特に大切です。温めることを意識して日常生活を心がけることが体質改善につながります。身体を温める手段としては温泉やお風呂がとても有効です。しかし体感から温めるには血液を温めることが有効と私たちは考えています。血液を温めるには、末梢血管から温まる有機ゲルマニウム温浴がおすすめです。心臓から一番遠い手足の先には末梢血管が集約されています。その手足の先を42~43度の有機ゲルマニウムを溶かした湯に浸けます。血液がぬくもると中性脂肪が溶けて血液はサラサラになります。ぬくもった血液により血管もぬくもり、血管はしなやかになります。かなりの発汗作用があり、その汗はサラサラです。温浴後の体はとても軽くなります。体重が軽くなるわけではありません。本日は以上です。

4. 幹事報告

○2023-24年度 第1回 理事・役員会議 議事録をBOXに入れさせて頂いております。

5. 委員会報告

なし

6. 同好会報告

なし



7. 出席報告

会 員 数	31名 出席対象者数 29名 出席者数 25名 欠席者数 4名
	出席率 86.21% 前々会補正 90%
本 日 の 欠 席	内藤、堀田、波多、川岸、川口、黒田（俊）、各会員
メ ー キ ャ ッ プ	内藤、波多、川岸、川口、各会員

※例会運営委員会 杉村委員長

お知らせですが、先週のクラブアッセンブリーで最終例会は、色んな人の話・色んな人の紹介・色んな人の活動を発表して頂きたいというお話しをさせて頂きましたが、来週早速、内藤さんからあまがさき観光局がどんな活動をしているか皆に知って頂きたいという事で、来週お話しして頂けることになりました。

皆さんも、「こんな話しをしたい」と思われる方がいらっしゃいましたら30分でなくても10分でも5分でも結構ですのでお話しして頂けたらと思っております。よろしくお願いします。

8. 7月のロータリーレート 1ドル=145円

9. スピーチ

「クラブアッセンブリー」



\$ ニコニコ BOX \$\$\$\$\$\$\$\$\$\$\$\$\$\$\$\$\$\$

*梅雨が明けました。皆様ご自愛下さい。……………久木元会員

*雨にぬれると花びらがすきとおる花の種をもらいました。……………平井会員

*毎日暑い日が続きます。熱中症に気をつけて下さい。……………黒田（佳）会員

*高岡さん、わざわざお菓子まで付けてくれてありがとう。……………徐会員

*暑いです。……………芝会員

*淡路の実家が売れました。少しさびしいけど…ホっとしました。……………花田会員

\$ フレンドシップ BOX \$\$\$\$\$\$\$\$\$\$\$\$\$\$\$\$\$\$

*今朝、自宅に警察官が来ました。
振込サギに気を付けて下さいと、複雑な心境です。……………久木元会員

*徐さん、ご紹介ありがとうございました。……………宮崎会員

*昨年度理事役員おつかれ会、ありがとうございます。
今年度も頑張ってください。……………黒田（佳）会員

*本日は、事業計画の報告おわれば早退します。ごめんなさい。……………徐会員

