

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. 16 2023-2024

Today's Program	Next Program
10 月 26 日 (第 1659 回例会) 「 職業功労者表彰 」 職業奉仕委員会 (越智委員長)	11 月 2 日 「 ガバナー公式訪問 」 安行 英文 ガバナー

前回(10月19日)の報告

1. ソング

「 もみじ 」

2. ビジター紹介

浦上博隆ガバナー補佐 (尼崎西 RC)
 仲村絃氏 (入会予定)



3. 会長の時間

皆様こんにちは、
 浦上ガバナー補佐、本日はご指導よろしくお願ひいたします。
 仲村様、ようこそ南ロータリークラブに、今後ともよろしくお願ひいたします。
 先週はとてもイベントの多い1週間でした。
 土曜日は地区事業でもある尼崎図書館に絵本の読み聞かせするためのテント、
 SDGs にちなんだ絵本、そして人形劇を寄贈しそれらの贈呈式に行っていました。
 当日ご参加の皆様ご苦労様でした。
 日曜日には、あこや学園の運動会に来賓として幹事と参加してまいりました。
 発達障害の幼児が通っておられ、その園児や先生やご父兄の頑張っている姿にとっても元気を
 頂きました。テント下で見学していたのですが、夜自宅で再びアナフィラキシー…と思ったら、
 首の日焼けと判明しました。
 今日、しわとシミのお話を少ししたいと思います。
 お顔のしわやシミやたるみは生活習慣が大きな要因となっているそうです。
 不規則な食生活、喫煙や過度の飲酒、睡眠不足、女性ホルモンの低下、ストレスなど原因は
 さまざまです。
 紫外線と乾燥そして加齢がその3大原因と言われています。
 顔の骨も加齢とともに骨密度が減少し小さくなります。
 こめかみや眼球が入っている、くぼみのまわりが広がり、頬やあごの周りの骨がへこみ痩せこけます。
 加齢とともに皮下脂肪が減少することで、たるみが引き起こるそうです。
 表情しわは、笑ったり怒ったりするとき、30種類以上あるとされる表情筋という筋肉の緊張や
 収縮によって、眉間、目尻、口の横、額などにできるしわのことです。
 表情じわは、本来一時的なものですが、繰り返し筋肉を動かし続け、加齢とともに皮膚の弾力が
 低下することによって、慢性化することで刻みじわとなってしまいます。
 対策は顔の血流を良くし乾燥を防ぎ保湿を維持する事だと思ひます。
 最近若い男性で美意識の高い方が増えたと思ひます。行きつけの美容院の男性が完璧なメイクを
 してさりげなくシャンプーをしてくれました。鏡に映るその方の顔に見とれるくらいでした。
 ほんと 時代は変わっています。置いて行かれぬようにと思ひたりしています。



4. 幹事報告

- 2023-24 年度 第4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ので内容の確認よろしくお願ひします。
- 9/30 開催の近松賞地域交流将棋大会のお礼と報告書が届いております。池邊さんお疲れ様でございます。
- 10/12 例会終了後ロータリー村のもち米、精米に御協力頂きありがとうございます。
- 10/14 尼崎市中央図書館にて地区補助金事業と青少年奉仕事業が無事終了致しました。松本尼崎市長から感謝状を頂いております。
- 10/15 あこや学園の運動会に伺い、同じく感謝状を頂いております。
- 10/17 ガバナー補佐主催 6RC ゴルフコンペに参加の皆様ありがとうございます。

5. 委員会報告

- 尼崎南ロータリー村プロジェクト委員会 川岸副委員長
先週は精米作業に参加頂きありがとうございます。本日会員配布分と注文頂いた分をお渡しいたしますので早い目にお持ち帰り頂きます様お願ひ致します。
- 青少年奉仕委員会 川岸委員長
10/14 (土) に地区補助金事業と青少年奉仕事業として尼崎市立中央図書館に、〔・人形劇・図書・テント、〕を寄付致しました。イベントには約 70 名の子供達の参加がございました。

6. 同好会報告

- サザンスターゴルフ 川口会員
6RC ゴルフコンペ御参加の皆様お疲れさまでした。
兼サザンスターゴルフも兼ねておりましたので、優勝と準優勝をここでお知らせします。
優勝は島谷さん、準優勝は大寄さんです。おめでとうございます。

7. 出席報告

会 員 数	32 名 出席対象者数 28 名 出席者数 23 名 欠席者 5 名
	出席率 82.14% 前々会補正 93.10%
本 日 の 欠 席	福田、武田、東本、堀田、花田、本田、徐、黒田 (俊)、西原、各会員
メーキャップ	なし

8. 10 月のロータリーレート 1ドル=149 円

9. スピーチ

「クラブ協議会」

浦上博隆ガバナー補佐 (尼崎西 RC)



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

- * 本日はお世話になります。…………… 浦上博隆氏 (ガバナー補佐)
- * 浦上ガバナー補佐、本日はご指導よろしくお願ひ致します。
仲村絃さま、ようこそ尼崎南ロータリークラブへ、よろしくお願ひします。…………… 久木元会員
- * 浦上ガバナー補佐、本日よりお願ひします。…………… 宮崎会員
- * 浦上ガバナー補佐ようこそおいで頂きました。
仲村さまようこそ…………… 内藤会員
- * RI2680 地区ガバナー補佐浦上博隆様、本日はよろしく御指導賜ります様お願ひ致します。
仲村絃様ようこそ、尼崎南ロータリークラブは楽しいクラブです。よろしくお願ひ致します。…………… 山本会員
- * 浦上ガバナー補佐様ようこそおいで下さいました。本日はよろしくお願ひ致します…………… 黒田 (佳) 会員
- * 浦上ガバナー補佐ご指導よろしくお願ひします。…………… 島谷会員
- * 土曜日、地区事業ありがとうございます。
図書館への支援細く長くお願ひしますとの事でした。…………… 川岸会員
- * 尼崎西ロータリークラブ、浦上ガバナー補佐、本日は宜しくお願ひいたします。
先日はお世話になりました。…………… 與那嶺会員
- * 浦上様ようこそお越し下さいました、ごゆっくりどうぞ…………… 正木会員

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

- * 先日の尼崎図書館の人形劇にご参加の皆様お疲れ様でした。無事終わってうれしく思います。…………… 久木元会員
- * 地区事業、6RC コンペ、ご協力、ご参加ありがとうございます。遅刻ごめんなさい。…………… 宮崎会員
- * 例会、すべりこみセーフ。…………… 平井会員
- * よなみね様、先日は大変お世話になりました。…………… 内藤会員

* 尼崎中央図書館での地区補助金事業に参加されました、会長、幹事他皆様、お疲れ様でした。

6RC ゴルフコンペ参加の皆様おつかれ様でした。

内藤さんが賞品で頂いたお花をお持ち帰りさせて頂きました。ありがとうございました。…………… 釜田 会 員

* 6RC 親睦ゴルフ大会サザンスターカップ、欠席してすみません、残念です。

次回は出席させて下さい。よろしくお願ひします。…………… 山本 会 員

* 「浦上」ガバナー補佐様本日はよろしく御指導おねがいます。…………… 池邊 会 員

* 仲村様ようこそ、御入会期待しております。よろしくお願ひ申し上げます。…………… 黒田(佳) 会 員

* 新しい仲村様ようこそ。…………… 波多 会 員

* 仲村さんようこそ。

本日早退します、すいません。…………… 小島 会 員

* 6RC コンペ兼久々のサザンスターコンペご参加の皆様お疲れ様でした。

天候にも恵まれて良い一日でした。…………… 川口 会 員

* ゴルフご参加のみなさまおつかれさまでした。

補助金事業参加できずすみませんでした。…………… 吉田 会 員

* 先日の 6RC ゴルフコンペあんどサザンスターカップご参加の皆様おつかれ様でした。

仲村さん“ようこそ”入会式まであと 2 回、よろしくお願ひします。…………… 與那嶺 会 員

* 本日は途中退席申し訳ございません。…………… 越智 会 員

* 浦上ガバナー補佐ごゆっくりお過ごし下さい。

仲村様、ご入会予定おめでとうございませす。

昨日からクライマックス シリーズが始まりました。

中央商店街もにぎやかになってきました。…………… 井本 会 員

