

THE ROTARY CLUB OF CHOSHI

# 銚子ロータリークラブ会報

国際ロータリー第2790地区

創立 昭和32年3月23日

RI承認 昭和32年4月15日

会長 信太秀紀

副会長 宮内龍雄

幹事 田中英子

会計 金子芳則

2014~2015年度 RIテーマ

ロータリーに輝きを

LIGHT UP ROTARY

2014~2015 RI会長 ゲイリー C. K. ホアン

Rotary



例会日時 毎週水曜 12:30~

例会場 銚子商工会館5F大会議室

事務所 銚子市三軒町19-4

銚子商工会館内

電話 0479-25-3111(会館)

0479-23-0750(専用)

ファクス 0479-25-8789

E-mail rotary@choshinet.or.jp

URL <http://www.tcs-net.ne.jp/~crc>

第2827号(2014年10月22日発行)

## 今週のプログラム

「日本での留学生活と母語として話される  
日本語との本当の出会い」

地区米山記念奨学会委員 山崎 浩一様  
米山奨学生 ピョー サンディ マウンさん  
(千葉科学大学・銚子東RC)

## 前回例会報告(10月15日)

点 鐘: 信太秀紀会長  
ロータリーソング: 「それでこそロータリー」  
ビジター紹介: ADL 対応型高齢者体操研究会  
長尾 勢津子様(卓話者)

## 会長挨拶



皆さん  
こんにちは!  
私たちは日頃  
いかに、  
お客様に感動  
してい

ただくかは、究極の目標ではありますが、お客様の感情には全部で6段階あります。

期待と実感 (before=after)がイコールの場合「満足」となります。また4%以上、期待

を実感が下回りますと「不満」になり、さらに大きく下回ると「怒り」という感情になります。

その反対に実感が期待を上回ってきますと、「感動」という感情が湧き上がってきます。そしてさらに、ワンランク上の感情が「感激」です。そして、究極の感情と言われるのが「感謝」であります。「お客様に感謝していただける会社にする。」これは経営の目標としてはどうでしょうか?まさに最適です!「感動」は途中経過であり、お客様が「満足」している程度では売り上げは上がらないということです。それでは、どうしたらお客様が感謝感激感動してくれるのでしょうか?それは、ほんの小さなリニューアルをし続けていくことであります。

前回に比べて101%のドラマを生み続けていくことです。つまり、たった1%の意外性を提供できるかどうかです。いつも小さな気配りをしてくれるお店、少し違った提案をしてくれる営業マン、もうひとつ小さなアイデアのある会社、もう一呼吸長い笑顔で接客できるかどうかです。水族館や映画館、花火大会等で派手な演出のプロポーズをして結婚したカップルのほとんど離婚しているそうです。

大げさなことは続かないのです。大切なことは、ほんの少しの意外性を加えることです。「完成しない遊園地」というテーマのもと、常に小さなリニューアルを続けているディズニーランドのように、私たちの会社も、派手な演出ではなく小さな感動を生み出せる組織にしていきたいものです。



第2790地区  
ガバナー 宇佐見 透 (千葉幕張RC)

広報・会報委員会  
宮内 清次、石毛 充、越川 信一、兒玉 英子

## 幹事報告



1. 広島災害義援金御礼
2. 地区大会記念ゴルフ大会順延についてのお願い
3. 例会休会に関する規定  
…以上、ガバナー事務所
4. ハイライトよねやま175  
…公益財団法人ロータリー米山記念奨学会
5. 銚子祭開催のご案内  
…千葉県立銚子特別支援学校

## 会員の記念日

- ☆ 結婚記念日:信太 秀紀会員 (10月10日)  
                  :小林 昭弘会員 (10月10日)
- ☆ 入会記念日:栢尾 茂会員 (10月13日)
- ☆ 創業記念日:宮内 秀章会員 (10月10日)

## ニコニコBOX

なし

## 卓話

### 「脳トレとストレッチ」

ADL 対応型高齢者体操研究会

長尾 勢津子様

銚子ロータリークラブの皆様こんにちは



本日は、当クラブの会員、猿田様のご紹介で卓話をさせていただきますことになりました。このよう

な場で、初めてのことでありますから、非常に緊張しております。

「脳トレストレッチ」と題して実技をいたします。椅子に座って行う、椅子を補助にして立って行う運動です。

私は、幼児から大人まで年齢に応じたさまざまなダンス（モダンバレエ、ジャズダンス、



↑長尾様を紹介する猿田会員  
よさこい踊り) ストレッチなどを明るく楽しくをモットーに指導しております。また、銚子市の高齢者介護予防事業の中での転倒予防教室、閉じこもり及び認知症予防教室で ADL(日常生活動作能力)体操を取り入れ、脳トレ、筋トレ、ストレッチを組み合わせたプログラムで行っております。加齢とともに、からだのさまざまな機能が衰えてきます。なかでも関節、骨、筋力の衰え、バランス感覚の低下により転倒しやすくなります。簡単で無理なくできる体操を継続して実践することで、生活機能の回復と維持をしましょう。



これから行う運動は転倒予防教室などで実践している、いつでもどこでも手軽に行える運動です。何歳であっても適度な運動をすることで筋力は向上していきますので、日常生活に少しでも取り入れてみてはいかがでしょうか。

A 椅子に座って行う体操

- ・呼吸法
- ・手遊びと脳トレ
- ・足踏み運動
- ・上半身のストレッチ



## B 椅子を補助に立って行う体操



- ・かかと上げ下ろし
- ・下半身のストレッチ
- ・スクワット
- ・片足立ちバランス



健康の維持とともに活力ある毎日をお過ごし下さい。本日はありがとうございました。



←信太会長から長尾先生へ記念品贈呈

⌘ 欠席したらメーカーキャップを ⌘  
 ◎ 近隣ロータリークラブの例会一覧 ◎

クラブ名	例会場	例会日時
旭	ヒューマンプラザ 黄鶴内 0479 - 63 - 0007	(金)12:30~13:30
小見川	ちば醤油(株)内 0478 - 82 - 4777	(水)18:30~19:30
佐原香取	香取神宮内 神徳館 0478 - 57 - 3211	(月)19:00~20:00
佐原	佐原商工会議所 4F 0478-54-2244	(木)12:30~13:30
八日市場	千葉興業銀行 八日市場支店 0479 - 72 - 1561	(火)12:30~13:30
波崎	神栖市波崎商工会 0479 - 48 - 0333	(木)12:30~13:30
鹿島臨海	鹿島セントラル ホテル 0299 - 92 - 5511	(金)12:30~13:30
銚子東	銚子商工会館 5F 0478-23-0750	(火)12:30~13:30

## ロータリーの徽章の正しい使い方

\*『ロータリーの友』2010年1月号横組みP18から

色使いや楔穴が削除されているな



Rotary



ど、いろいろな間違いがあります。

ロータリーの徽章は世界各地でクラブとその会員を表す唯一の標章です。ロータリークラブの例会場所の目印となったり、クラブや地区によって提唱されたプロジェクトであることを証明したり、クラブや地区のウェブサイトや出版物につけたりするものです。

公共イメージにおいて重要な役割を担う徽章は、常に正確でなければなりません。指針には、歯車の一部を切り取ったり、変形したり、回転させてはならないとあります。色は、ロータリーの公式色であるロイヤルブルーと金色を用います。また、「ROTARY INTERNATIONAL」という語を削除したり、ほかの語と入れ替えたりすること、あるいは楔穴を削除したり塗りつぶしたりすることも許されません。

「ロータリー」という名称を正しく用いることも重要です。「ロータリー」の名称が単独で使用される場合、これは国際ロータリーを示すものとされます。明確にわかるように、プロジェクトの名称、ウェブサイトのドメイン名には必ず提唱クラブ、地区、そのほかのロータリー組織の名称を用いるようにします。「ロータ」という接頭語の使用を含め、「ロータリー」という語のいかなる改造も認められていません。

名称と徽章を正しく使用できるよう、国際ロータリーではロータリアンのための資料を用意しています。方針とデザインの指針を説明した「RI視覚的イメージのための手引き」ならびにロータリーのロゴを無料でダウンロードして、利用できます(RIのウェブサイト [www.rotary.org](http://www.rotary.org) から、会員→クラブの運営→広報→資料ライブラリー)。なお、この手引き(574)は4ドルで、ロータリーの徽章とRIおよびロータリー財団プログラムのロゴが収められているロータリーロゴのCD(234)は5ドルで購入できます。

## 合唱そして音楽との出会い

坂本 尚史会員（パスト会長）



若い頃からアマチュアとして合唱を中心とする音楽活動をしてきたことから、加計学園の設置校の学園歌や校歌の作曲、合唱サークルの指揮、アマチュア合唱団の指揮をさせていただいてきた。

現在は、コーロ・ハモンティアーノでもお世話になっている。

私の合唱との関わりは、小学校で当時住んでいた世田谷区の音楽祭に出演するために選ばれたのが最初だった。何を歌ったのか覚えていないが、ウーン少年合唱団員のような美声の（?!）ボーイ・ソプラノだった。中学校に入って、クラブ活動で合唱部に入ろうと思ったのだが、ボーイ・ソプラノはだめとのことで、2年の夏休みの変声期で最低音のバスに変わってようやく入部した。

ここでは「禁じられた遊び」でコンクールの予選を通ったのが思い出となっている。高校では最初から音楽部に入部したが、その2年の時にバッハに出会った。卒業後は高校の仲間とバッハとルネサンスの教会音楽をレパートリーとするアマチュア合唱団を作り、勉強そっこのけで取り組んでいた。

岡山で大学に奉職し、もう合唱には関わらないだろうと思っていたときに、教会の神父さんに誘われて再び教会音楽の世界に戻り、現在に至っている。そのときの合唱団は、今も続いている。この11月には第30回記念演奏会が行われ、バッハの合唱曲を指揮することになっている。

音楽に親しんだことで、多くの仲間ができ、楽しい時間を共有することで、人生が豊かになったと感じている。今後とも、合唱を、そして

音楽を楽しんでいきたいと思う。  
（千葉科学大学危機管理学部学部長）

## 四つのテスト

言行はこれに照らしてから

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

### 【出席報告】

会員総数 44名 出席計算 42名  
出席：32名 欠席 10名 出席率 76.19%  
欠席：青野君・灰谷君・伊東君・嶋志田君  
金子君・栢尾君・越川君・櫻井(公)君  
植田君・遠山君

### 【M U】

10/10：旭 RC 島田君・杉山君

### 【ニコニコ】

ニコニコ BOX	¥ 4,000	計 ¥192,000
スモールコイン	¥ -	計 ¥ 22,010
米山 BOX	¥ 2,850	計 ¥ 22,120
希望の風	¥ -	計 ¥114,000

次週のプログラム（10月29日）

「相続を考える」

小田島 千夏様

お弁当：あぐり（幕の内）

### お知らせ

会員投稿欄への投稿を募集中：ジャンルは問いませんが、400～600字で下記宛に。また委員会報告等は金曜日までにお問い合わせ致します。

銚子ロータリークラブ事務局

Fax 0479-25-8789

Male ; <rotary@choshinet.or.jp>

広報・会報委員会委員長 宮内清次

Male : <seiji.m@mocha.ocn.ne.jp>