



川越ロータリークラブ 会報

No.7

世界に希望を生み出そう

2023年8月22日 第3442回例会 会場：川越プリンスホテル5階

会員数：103名 免除出席者：3名 正会員出席者：53名 出席者：56名 早退：0名 出席率：54.03%

プログラム

点鐘（12：30）／ロータリーソング（第3例会：それこそロータリー・四つのテスト／ビジター・お客様紹介／卓話講師紹介／会長の時間／幹事報告／委員長報告／ニコニコボックス／出席報告／卓話／点鐘（13：30）
〈司会：小林SAA〉

《ビジター・お客様紹介》

永松卓也 様 仙台宮城野 RC

Joanna さん（青少年交換留学生 台湾）

工藤 直成様、工藤 由美子様、工藤 由寿様

《卓話講師紹介》

住谷治男会員 福田 将志（ふくだ まさし）様

会長の時間



2023-24年度 会長 坂口 孝 臨時理事会報告

1. ガバナーノミニーの推薦について 前年度にお話があり、パスト会長会を經由致し、本日の理事会決定 ガバナーノミニーを選出させて頂く。ガバナーノミニーは指名委員会からご指名を頂き、その人が適任かどうか、もう一度クラブで討議し、本人の意向も確認の上、お返事させて頂く。まずは指名委員会の方でご回答をお願いします。
2. 9/23 に今泉清詞会員が 100 歳のお誕生日を迎えます。100 歳を迎えるにあたって皆さんで是非夜間例会でお祝いをしましょう、との決議、9/12 を夜間例会に切り替えます。
3. 秋田の豪雨災害支援について。秋田からガバナー会經由で地区へ、地区から我々クラブへ来ました。来週皆様に支援のお願いをし、それに資金を足して支援をする。ご理解を頂きたいと思います。

報告 地区から規定審議会による立法案の提案

依頼が来ております。前相原年度の時には川越から2つ提案。是非、何かありましたら提案して頂きたいと思っております。10/31が締切。その後、地区立法検討会あるいはクラブ投票で決議を行い（その為2か月程の猶予が必要）12/31までに国際ロータリーに地区として上提しなければなりません。

幹事報告



2023-24年度 幹事 栗原 雄一

報告 配布物：会報

- ・回覧 ガバナー月信 8月号
- ・第21回ロータリー全国囲碁大会のご案内 10/21（木）開催地 東京市ヶ谷
- ・2026-27年度ガバナー候補者の推薦について
- ・川越百万灯夏祭りのお礼文書

委員長報告

- ・親睦委員会 8月のお祝い（久保田副委員長）
〈会員誕生〉 〈会員配偶者誕生〉 〈結婚記念〉
原 敏成 片山幸雄・貴恵 中田庸司
今泉 博 山田禎久・英理子 丸山 猛
石井成人 佐藤秀旺・公意
和田尚也 野溝 守・将子
齋藤 充 高山大輔・三代子
山口 裕 芳野忠司・洋子
小城直樹
五十嵐昭洋
沢田 通
山口 崇
近藤武弘
鈴木崇生
- ・ニコニコボックス（若林副委員長）
- ・次週卓話の案内（小城会員）
- ・出席報告（足立委員）出席率：54.03%

ニコニコボックス

●青少年交換留学生ジョアンナさんようこそ。これから来年6月まで宜しくお願いします。＜会長、幹事＞●工藤家の皆様、本日はありがとうございます。ジョアンナさんを宜しくお願いします。＜会長、幹事＞●本日、卓話講師福田将志様宜しくお願いします。＜会長、幹事＞●仙台宮城野ロータリークラブ永松拓也様ようこそ。例会を楽しんで下さい。＜会長、幹事＞●本日は宜しくお願い致します。＜永松（仙台宮城野 RC）＞●世界ベンチプレス66キロ級チャンピオンそして世界記録保持者福田将志様、本日の卓話宜しくお願い致します。スポーツと健康のお話し楽しみです。＜住谷、小橋、若林、小杉、落合、西澤、相原、藤井、西川、和田（喜）、齊藤（智）、山田（哲）、小峰、小高、神谷、芳野、福岡、山田（和）、島村、上原、柏倉＞●ジョアンナさん欢迎来到川越ロータリークラブ！！玩得开心！＜吉澤、小橋、若林、西澤、藤井、西川、鈴木（壮）、山田（哲）、小杉、山崎、小高、石井、野溝、島村、小谷野、蓼沼＞●工藤家の皆様、ようこそ例会へ。楽しんでいって下さい。3ヶ月間、Joannaの件、宜しくお願い致します。＜吉澤、相原、西川、石井、野溝、山田（和）＞●母校慶應義塾高等学校が107年振りに全国高等学校野球大会（甲子園）で仙台育英と決勝戦を行います。洪水や高温等驚き、悲しむことで100年振りは良く聞きますが、久しぶりの明るい話題、こんなこともあるのですね。応援よろしくお祈りします。＜水村、伊藤、小谷野、今泉（嘉）、齊藤（智）、西澤＞●今年の夏は本当に暑い。でもロータリーには出席しよう！＜西澤＞●妻の誕生日、素敵なお花ありがとうございました。＜野溝＞合計64,000円

卓話（住谷会員ご紹介）



○卓話講師：福田将志様
株式会社 B.T.S.L フィット
ネス 代表取締役

演題：スポーツによる健康増進 私は小・中・高と野球を

行っていました。卒業後スポーツトレーナーになる為に東京スポーツレクレーション専門学校へ入学しました。卒業後、川越運動公園内のスポーツジムで3年勤務。そこでベンチプレスとの出会いがありました。休憩時間でベンチプレスを行っている中で、体の変化が少しずつ楽しく

なり、そしてベンチプレス競技があることも知りました。その後、兵庫県西宮市のパワーリフティングジムにて2年間勉強致しました。2011年から東松山に戻り、小さいジムからスタート。5年後に、高坂に一般の方も利用出来るジムをオープンし、2018年にはパーソナルジムをオープンしました。現在はフィットネスジムの練習とお客さまを見ている形です。

2023年5月 南アフリカで開催された「世界ベンチプレス66キロ級」で優勝。2017年～2019年も優勝していて3連覇を達成しています。ベンチプレス世界記録 250キロの記録も持っています。現在、全日本ベンチプレス大会では8連覇中です。今年9月には洞爺湖でアジア大会が開催されます。

ベンチプレスの魅力は、重さが数字になることで成長が凄く分かり易いことです。誰かと争うより、過去の自分を超えられるようにコツコツと練習することで、それが結果としてあらわれることです。最近では女性の競技者も増え、フィットネスブームもあり、誰でも楽しめる生涯スポーツとなっています。

最後に「スポーツによって、どのように健康増進の効果を得られるか？」をお伝えさせていただきます。まずは自己免疫力の向上が期待できます。ポイントは、適度な運動を楽しく継続してやることです。2つ目はストレスの解消。3つ目は体力・筋力の維持。4つ目は高齢者の介護予防になり怪我のリスク軽減。スポーツを行う事で心身共に健康になり健康寿命を延ばすことができるので、いつまでも元気で健康な体づくりをして頂けると良いと思います。ご清聴ありがとうございました。

Joannaさん（青少年交換留学生）と



1年間宜しくお願いします。

バナー交換

