


Rotary
Club of Kyoto-Katsuragawa



京都桂川ロータリークラブ

DISTRICT 2650 CHARTERD AUGUST 21.1989

2024(令和6)年8月1日(木) Vol.35-5 第1583回



「ママと散歩 大原野神社参道」
フォトグラファー 櫻井真理子

「ロータリーのマジック」

RI会長テーマ ステファニー A.アーチック

「継続可能なロータリーに！ 共に学び、共に行動」

RI第2650地区ガバナー 中本 勝

「新たな好転へのチャレンジ」

京都桂川RC会長テーマ 三田 昌資

◆クラブ内行事

- 8月 8日(木) 通常例会
- 8月10日(土) 新入会員歓迎会&会員懇親会
18:00～ 桃園亭
- 8月15日(木) 休会
- 8月22日(木) クラブ・デー
第2回クラブ討論会(青少年)
- 8月29日(木) 通常例会
- 9月 5日(木) 通常例会 理事役員会
- 9月12日(木) 通常例会
- 9月19日(木) クラブ・デー
第3回クラブ討論会(会員増強)

◆地区行事

- 8月 2日(金) 京都市内24RC連絡協議会 第1回会長・幹事会
ホテルグランヴィア京都 17:30受付、18:00～
(三田会長、万殿幹事)
- 8月 3日(土) 地区ロータリー財団セミナー リーガロイヤルホテル
13:20～16:30 (近藤会員、内田会員)
- 8月24日(土) インターシティ・ミーティング(IM)第3組
14:30～16:30 ANAクラウンプラザホテル京都
懇親会 17:00～
新会員セミナー 10:30～12:50
会長会議 12:30受付、13:00～14:00
- 8月31日(土) 第1回社会奉仕委員長会議 リーガロイヤルホテル京都
13:30受付、14:00～16:00

開会点鐘	12:30
国歌「君が代」斉唱	
ロータリーソング「奉仕の理想」	
友愛の握手	
ご来客のご紹介	
会長挨拶	
乾杯	
食事歓談	
幹事報告・委員会報告・SAA報告	
寄付金報告	
スピーチ	13:00
「新入会員スピーチ」	
	児嶋 亮憲 会員
閉会点鐘	13:30

幹事報告

1. 本日例会終了後、理事役員会が開催されます。
2. 8月2日(金) ホテルグランヴィア京都において京都市内24RC連絡協議会 第1回会長・幹事会が開催され、三田会長と万殿幹事が出席いたします。
3. 8月3日(土) リーガロイヤルホテル京都において地区ロータリー財団セミナーが開催され、近藤会員と内田会員が出席されます。

インターシティ・ミーティング (IM) 第3組

日時 2024年8月24日(土)
 受付 14:00
 IM 14:30~16:30
 懇親会 17:00~

場所 ANAクラウンプラザホテル京都
 登録料 5,000円(上期会費で徴収)

テーマ 「ロータリーと平和構築」
 基調講演 RI第2650地区パストガバナー
 ゼネラルリーダー 馬場益弘
 講演 「チャップリンと平和」
 脚本家、演出家 大野 裕之氏

新会員セミナー

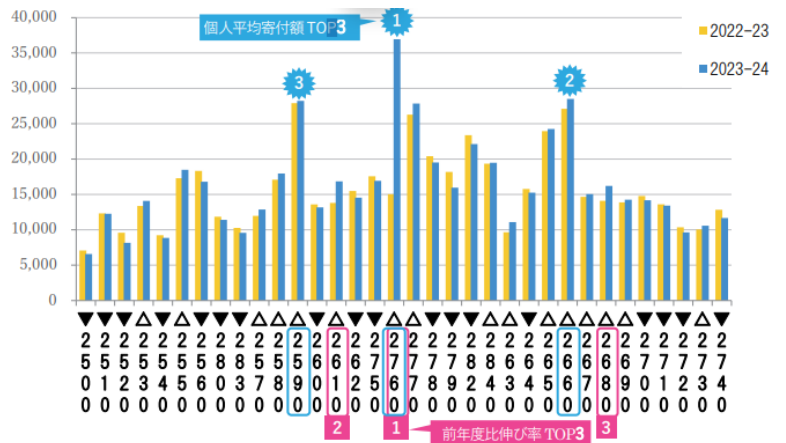
時間 10:30~12:50
 (12:50~13:30 昼食)

場所 上記ホテルの2階「朱雀の間」
 対象者 入会1年未満の会員と希望者
 ※グループ内で名刺交換があります。

ハイライト米山

ロータリー米山奨学会マンスリーニュース 2023-24年度 寄付金結果

2023-24年度の寄付金は約14億4,600万円となりました。前年度比1.6%増(普通寄付金:0.16%増、特別寄付金:2.18%増)、約2,300万円増加しました。とりわけ、年度初めの7月初旬に入金された1億円の高額寄付により、寄付総額は前年度を一度も下回ることはありませんでした。ご寄付いただいた皆さまに厚く御礼申し上げます。2024年度も引き続き、よろしく願いいたします。



個人平均寄付額 TOP3 【全国平均 17,293円】

- ① 第2760地区(愛知) : 36,935円
- ② 第2660地区(大阪北部) : 28,501円
- ③ 第2590地区(神奈川) : 28,232円

前年度比伸び率 TOP3

- ① 第2760地区(愛知) : 245.7%
- ② 第2610地区(石川・富山) : 122.1%
- ③ 第2680地区(兵庫) : 115.0%

新入会員歓迎会および会員懇親会

来る8月10日(土)、新入会員 児嶋(亮)会員、澤邊会員、塩見会員、荻野会員の歓迎会および会員懇親会を開催いたします。多数のご参加をお願いいたします。

日時 8月10日(土) 18:00
 場所 桃園亭(王会員のお店) 河原町四条下ル
 会費 10,000円

クールビズ実施中 : 6月6日~

私の趣味は、先般スピーチでもお話したようにご紹介出来ることとして挙げられるのはやはり筋トレです。今回の風信はいい機会なので、筋トレについて少し深掘りしてお話したいと思います。

まず筋トレを継続出来る人はどれくらいいるかご存じでしょうか？実はアメリカの研究でもスポーツジムに継続して1年間通える人は4%しかいないそうです。そんななか、手前味噌ですが、私は筋トレを10年以上続けていて、ジム通いも1年半以上続けています。またBIG3と呼ばれるベンチプレス・デッドリフト・スクワットの中のベンチプレスも100キロまで到着しました。諸説ありますが筋トレをする人で、ここまで辿りつける確率は1%とされています。

重量挙げの話ばかりしていますが、体型が変わる以外にも大きなメリットがあります。基礎体力向上、肩こり・肌荒れ改善、成長ホルモンの分泌、忍耐力・自信がつく、ストレス発散、ポジティブ思考、テストステロン、セロトニン、ドーパミンが出る等あげるときりがありませんが、私はこのすべてが向上しました。人生100年時代と言われるなか、医療の発達は素晴らしいですが、筋トレや適度な運動をすることのメリットを知って、チャレンジして共にいい人生を送りましょう。



- ・8/15「よーいどん」に出演します。 三田 昌資
- ・7/21米山奨学生 カウンセラー集會に代理で行って参りました。みんななかなか熱心に取り組んでおられるようで大いに安心しました。 吉田 修

BOXへ 井上 正佳、澤邊 五明、田中 守
児嶋 亮憲、大塚 尚司

【米山奨学会箱】小計 11,000円 今年度累計 88,000円
1人当たり24,000円以上 目標額 864,000円 達成率10%

- ・金さん、先日はお疲れ様でさま。暑い毎日、頑張ってください。 吉田 修
- ・太田会員のスピーチ楽しみに。 菱田 匡樹

BOXへ 三田 昌資、大塚 尚司、中川 俊夫
井上 正佳、田中 守、谷口 實

【ポリオプラス箱】小計 2,000円 今年度累計 23,000円
1人当たり30ドル以上 目標額 173,880円 達成率13%

BOXへ 大塚 尚司、三田 昌資

7月は母子の健康月間

前回例会報告

【ニコニコ箱】小計 29,000円 今年度累計 202,340円
目標額 1,400,000円 達成率14%

- ・本日、よろしくお願ひします。 京都伏見RC 杉本 直様
 - ・太田会員、スピーチ楽しみです。 三田 昌資、万殿 慎二、大塚 尚司
吉田 修、末永 寛、田中 守
出射 靖生、内田 勝彦
 - ・太田さんががんばってください。 谷口 實
 - ・本日スピーチ頑張ります。 太田 靖彦
 - ・米寿の御祝品ありがとうございました。 徳田 正彦
 - ・週報では失礼しました。 林 良訓
 - ・明日から能登へ行ってきます。(震災相談) 山本 拓生
 - ・いよいよオリンピックですね。 井上 正佳
- BOXへ 児嶋 雄二、中川 俊夫、橋本 光弘

【ローリー財団箱】小計 18,000円 今年度累計 121,000円
1人当たり200ドル以上 目標額 1,159,200円 達成率10%

- ・太田さんスピーチ楽しみに。 山本 拓生
- ・太田君のスピーチ楽しみに。 林 良訓
- ・暑い日が続きますね。 出射 靖生
- ・本年度財団目標額 1人、2,000ドル 内田 勝彦
よろしくお願ひします。

「会員スピーチ」

太田 靖彦会員



米山奨学生 金さん



マフプロポータルフェロー表彰 内田会員
米山功労者表彰 田中会員

次回の例会

8月8日(木)

「輝く未来の子供たちへ」
一般社団法人 京都芸術花火振興会 代表理事 仲島 ゆみ様

前回例会出席報告

7月25日(木)
会員数 36名(内出席免除4名)
出席者 22名(2名) 64.71%
ご来客 2名
7/11MU後の出席率 74.29%

京都市内23RCおよび京都乙訓・京都イブニングRC次週スピーチ

8/2 (金)	京都東 ウエスティン都京	「心に残った特別な体験とクルーズの旅へようこそ」 会員 佐古 道治様 要連絡	8/7 (水)	京都 Hオークラ京	-新会員スピーチ-「自己紹介と2024秋冬ファッショントレンドについて」山崎 敏子様 ○
	京都伏見 Hグランヴィア京	「京都伏見寺田屋の現存建物はレプリカではなかった」歴史家 元高校日本史教員 まいまい京都ガイド 新出 高久様 要連絡		京都西北 H日航プリンセス京	「親睦例会」
	京都洛西 Hオークラ京	「公式訪問所感」京都嵯峨野RCとの合同公式訪問 RI第2650地区ガバナー 中本 勝様 ×		京都北東 ザ・パルティ都宝ヶ池	「未定」 会員増強委員会 要連絡
	京都紫竹 京都ブライtonH	3RC(京都北・京都紫野・京都紫竹)合同ガバナー公式訪問例会「ガバナー公式訪問所感」		京都嵯峨野 ANAクワンプラザH	「IM第3組説明会」 要連絡 IM第3組実行委員長 藤田 浩哉様
8/5 (月)	京都西 リーガロイヤル京	「カンボジアの現状とロータリークラブの活動」 KHJグループ代表 フン シンホン様 ○	8/8 (木)	京都南 12:15 Hグランヴィア京	「大人が立ち上がる時」 ○ 音楽家 原田 真二様
	京都紫野 京都ブライtonH	納涼家族例会のため、例会日時場所変更 ×		京都北 京都ブライtonH	「MyRotaryについて」 RI第2650地区公共イメージ委員会 委員長 あすかRC 富士川拓也様 ○
	京都中 Hオークラ京	「夏の家族親睦例会」 ×		京都洛北 Hオークラ京	「クラブデー」 ○
京都平安 18:30 京都ガーデンパレスH	「納涼例会」 ×	京都洛東 ウエスティン都京		「私の職業奉仕」 要連絡 江川清一郎様、山田兼一郎様	
8/6 (火)	京都東山 ウエスティン都京	クラブデー「インターアクト夏期研修報告・社会奉仕フォーラム」 ○	京都モーニング Hオークラ京 8:00	「ガバナー公式訪問所感」 ○ R.I.第2650地区ガバナー 中本 勝様	
	京都西南 H日航プリンセス京	クラブデー 新入会員スピーチ 「自己紹介～タイ、再び京都～」平栗由貴会員 「マイロータリーの登録について」 ○	京都さくら 18:30 ANAクワンプラザH	第1回クラブ・フォーラム「会員増強」 要連絡	
	京都洛中 Hオークラ京	納涼同伴親睦会のため日時場所臨時変更。 ⇒8/8(木)	京都イブニング 18:00 Hグランヴィア京	-新会員スピーチ- 会員 板橋 一成様 ○	
	京都洛南 リーガロイヤル京	「クラブ・デー」 ○	京都乙訓 京都エミナス	「休会」 ○	

○…ビジター受付を行っているクラブ
 ×…ビジター受付を行っていないクラブ
 要連絡…事前に連絡が必要なクラブ

2024-2025年度 役員・理事・委員会構成

会長 (役員)	三田 昌資	社会奉仕 (理事)	末永 寛
副会長 (役員)	児嶋 雄二	青少年奉仕 (理事)	井上 正佳
会長エレクト (役員)	近藤永太郎	国際奉仕 (理事)	林 良訓
直前会長 (役員)	王 杲	ロータリー財団 (理事)	内田 勝彦
幹事 (役員)	万殿 慎二	米山奨学	王 杲
会計 (役員)	田中 守	広報 (理事)	瀬田 保二
S. A. A. (役員)	山本 拓生	会員増強	児嶋 雄二
クラブ管理・運営 (理事)	吉田 修	戦略計画	近藤永太郎
親睦		ロータリー情報・規定審議	末永 寛
プログラム (理事)	太田 靖彦	危機管理	三田 昌資
ニコニコ	中野 孝治	副幹事	櫻井 美和
ソング	吉田 修		内田 勝彦
出席	出射 靖生	副S. A. A.	内山 正元
炉辺・川クラブ	森 正廣		周 佳琳
奉仕プロジェクト(理事)	菱田 匡樹		
職業奉仕			

例会 木曜日 12:30-13:30
 ザ・サウザンド キョウト
 創立 1989年(平成元年)7月27日
 クラブカラー ライトブルー
 姉妹クラブ 台湾三重中央RC
 札幌真駒内RC
 提唱IAC 京都府立洛西高等学校IAC

事務局 〒600-8216 京都市下京区東洞院塩小路下る
 京都センチュリーホテル内
 TEL(075)344-5000
 FAX(075)344-1340
 E-mail katurarc@abeam.ocn.ne.jp
 http://katsuragawarc.com/