



国際ロータリー第2790地区

千葉南ロータリークラブ会報

THE ROTARY CLUB OF CHIBA SOUTH

創立 1964年3月2日

例会日 毎金曜日 12時30分

例会場 オークラ千葉ホテル

会長 鈴木 美津江

幹事 杉本 峰康

会報委員長 村田 紀之

〈事務局〉 〒260-0027 千葉市中央区新田町1-2-1 トーシン千葉ビル7階

(☎ 043-245-3204)

2013年3月第4週号

第2397回



平成25年3月22日(金) 点鐘12:30(晴れ)

ロータリーソング『それでこそロータリー』
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

■お客様紹介

●本日のゲストスピーカー

千葉市保健福祉局健康支援課 課長補佐 増田 幸一様
管理栄養士 渡辺 貴子様

■会長挨拶及び報告 鈴木 美津江会長

皆様、こんにちは。
流山RCより、創立50周年記念式典及び祝賀会のご案内が来ております。

日時⇒ 平成25年5月12日(日)
記念式典点鐘 14:00
祝賀会 15:40

会場⇒ マリベール柏 登録料⇒ 10,000円
ご出席ご希望の方は、事務局までお申込み下さい。

■ロータリー米山記念奨学会より委嘱状伝達

ロータリー米山奨学生・カウンセラー ⇒ 吉田 裕成会員
トウルムハドワール, ウーレンさん(モンゴル)

■委員会報告

国際奉仕委員会より

リスボン国際大会には、地区内より38名が参加するとのこと、当クラブからも是非ご参加下さいませよう宜しくお願い致します。

■幹事報告 杉本 峰康幹事

◇「第1回ジュニアRYLAセミナー」参加案内

開催日⇒ 平成25年6月15日(土)13:00～
16日(日)12:00～

場所 ⇒ 幕張セミナーハウス

テーマ⇒ 「自分の言葉で自分を語ろう」

サブテーマ⇒ 「プレゼン・マインドってなんだろう」

講師 ⇒ 東京工芸大学芸術学部教授 大島 武様

※14歳から19歳までの方でご参加いただける方は事務局までお申込み下さい。

◇2/14 IMの剰余金があり、当クラブへの返還金は、
3,773円です。

◇次週29日の例会は定款により休会です。お間違えの無いよう宜しくお願い致します。

■ニコニコボックス報告

★鈴木 美津江会長、杉本 峰康幹事

千葉市健康支援課・増田幸一課長補佐様、管理栄養士・渡辺貴子様、本日の卓話を宜しくお願い致します。

本日のニコニコボックス	2,000円	累計	649,000円
金の箱	450円	累計	11,209円

■出席報告(会員数43名)

出席者数31	欠席者数12	ビジター 2	修正出席率76.19%
--------	--------	--------	-------------

千葉市内例会変更のご案内 [メーキャップにご利用下さい。](#)

千葉RC	月	4/8・4/15	三井ガーデンホテル千葉
千葉西RC	火	4/30	センシティブ「東天紅」
千葉幕張RC	火	4/23・4/30	アパホテル&リゾート東京ベイ
新千葉RC	水	4/17	京成ホテルミラマーレ
千葉北RC	水	4/10	ホテルポートプラザちば
千葉中央RC	木	—	三井ガーデンホテル千葉
千葉港RC	木	4/25	京成ホテルミラマーレ

…… 本日の卓話 ……

演 題⇒ 『健康づくりに関する新規事業のご紹介』

卓話者⇒ 千葉市保健福祉局健康部 健康支援課
課長 増田 幸一様



1. 「チャレンジ運動講習会」

平成24年度から、千葉市内の事業所で働く皆様の健康づくりを支援するために、「チャレンジ運動講習会」を開始いたしました。この講習会は、運動トレーナー等を、皆様の職場に無料で派遣いたします。

健康づくりのための運動を、安全に、楽しく継続していただくために、ヘルスチェックを行った後、運動についての話と、運動実技を行います。

運動実技は、日常生活の中で手軽にできる運動として、ストレッチ体操やラジオ体操、ロコモティブシンドローム予防のための運動等のメニューの中から、ご希望の内容を選んでいただき、ご希望にあわせて行います。(ロコモティブシンドロームとは、足など運動器の障害により、生活が不活発になり、要介護になる可能性が高くなる状態をいいます。)

今年度、実際に受講された事業所様からは、「講習会で学んだことを、家族や知人に伝えた。」「どのように運動したらよいか分かり、大変参考になった。」等のご感想を頂き、ご好評をいただいております。

なお、平成25年度からの新規事業として、「健康づくり事業」を開始する予定です。

この事業は、事業所の皆様が健康づくりに取り組んでいただいたことに対してポイントを与え、規定のポイントに達すると、(仮称)健康づくり事業所として認証マークを授与したり、市のホームページで紹介、また、優良な事業所を表彰したりする事業です。

チャレンジ運動講習会の受講もポイント対象となる予定ですので、ぜひ、ご利用ください。

本日は、運動実技のデモンストレーションを行いますので、皆様のご協力をお願いいたします。【実技】ストレッチ及びラジオ体操のポイント(伸びの運動)

2. 「受動喫煙防止対策PRステッカー」

喫煙は、喫煙者本人だけではなく、周囲のたばこ

を吸わない方の健康にも影響を与えます。平成24年度から千葉市の公共施設では、受動喫煙防止対策として、敷地内又は建物内を禁煙としております。

受動喫煙防止対策に取り組んでいる千葉市内の事業所様に、受動喫煙防止対策PRステッカーを配布しております。施設の入り口等に表示していただくことにより、施設利用者の方や従業員の皆様にその取り組みをお知らせするとともに、一層の対策の推進をお願いするものです。

既に、受動喫煙防止対策に取り組んでいる事業所様や、これから取り組まれる事業所様につきましては、ステッカーが、「全面禁煙」「時間禁煙」「完全分煙」の3種類がありますので、皆様の取り組みに合わせて事業所に掲示していただきますようお願いいたします。

申込方法⇒ FAX、郵送、Eメールのいずれかで申込書を下記へ送付

問合せ・申込先⇒ 千葉市健康部健康支援課

千葉市美浜区幸町 1-3-9

千葉市総合保健医療センター内

TEL043-238-9926 FAX043-238-9946

Eメール：shien.HWH@city.chiba.lg.jp



第2398回例会

日時⇒ 平成25年4月5日(金) 点鐘12:30

卓話演題⇒ 『自己紹介』

卓話者 ⇒ 江沢 一男会員

第2397回例会

〈千葉北RC・訪問例会〉

日時⇒ 平成25年4月10日(水) 点鐘18:30

会場⇒ ホテルポートプラザちば