



世界への
プレゼントになろう

週報 Rotary



所沢西ロータリークラブ

RI 第2570地区第3グループ

会長 内田 学 ・ 会長エレクト 山崎 武邦
幹事 鈴木 伴忠
クラブ管理運営委員長 萩野 陽一

例会場 〒359-1127 所沢市星の宮1-3-5 ヘルヴィザ グラン TEL 04-2923-4122
事務局 〒359-1143 所沢市宮本町2-22-25 角田ビル3F TEL 04-2926-1666
例会日 毎週火曜日 (PM12:30~13:30) FAX 04-2926-5151
E-mail nishiro@dream.ocn.ne.jp <http://www.tokorozawa-nishirc.net/>

四つのテスト 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

1. 点鐘・・・会長 2. 斉唱・・・ロータリーソング 3. 来賓紹介 4. 会長、幹事報告 5. 委員会報告

第 1418 回例会 2015・11・24

卓 話	例会当番	記念祝福
11/24 「紹介します 市内の文化財」 教育総務部 文化財保護課 主任; 関沢 克行様 主任; 窪地 康幸様	中村 茂	
12/1 年次総会	平林 忠	

■出席報告	
月 日	11/10
会員数	33
出席者	29
出席率	87.8%
前回修正	84.8%

会長の時間 内田 学

皆様今日は、先週のゴルフコンパ、会員並びに会員の奥様もご参加頂き有難うございました。

金曜日には、第三グループの会長・幹事会が、開かれ、日高ロータリークラブから、来年3月18日金曜日のチャリティコンパのお誘いがありました、詳しいことは、後日お知らせいたします。

今回は、色々アレンジできる、味噌の作りかたをお話しいたします。

用意するもの、味噌、砂糖、シソ、卵、卵黄 1、味噌と砂糖 10、シソ 2 を鍋にいれ、弱火でかけて味噌を混ぜます。出来あがった物は、707キ大根、蒟蒻煮付け、油茄子の味付けに。鶏ひき肉を混ぜたり、唐辛子を入れると、焼鳥に付けて召し上がれます。お試し下さい。

幹事報告 鈴木 伴忠

◆ハイハイよねやま 188号

◆市内5クラブ会長・幹事会・・・12月11日(金)

PM 6:30~ 所沢ワッ 8F トラットリア バスカー

◆糞谷八幡湿地収穫祭のご案内・・・11月29日(日)

午前9時30分~

◆週報・・・入間 RC、新狭山 RC、新所沢 RC

ニコニコボックス 石井 秀夫

元会員 松本 勇様 ご夫人 松本 紀子様

本日はお世話になります。主人がご心配をおかけいたしました。今は薬が効いているのでしょうか、小康状態を保っています。今日も1人で留守番です。

内田 学 会員の奥様方、本日はようこそ。ワグン楽しみにしています。先週のクラブコンパ 栄えあるメーカでした。

鈴木 伴忠 須藤先生 本日はよろしくお願ひします。前回欠席しました。

鈴木 真澄 今日には多くの奥様方には例会にご参加いただき有難うございます。楽しんで下さい。

堀江 大 2ヶ月ぶりです。大腸検査を取りました。ガンでした。皆様 定期検査をマに受けましょう。

山崎 武邦 先週の親睦ゴルフコンパにおいて優勝させていただきました。有難うございました。特に

パートナーの本橋さん、師岡さんには。

栗原 和明 先日の親睦ゴルフ大会に妻が参加させて頂き 準優勝させて頂きました。これで家の同様にゴルフでも負けてしまいました。

山田 富男 秋の親睦ゴルフ大会ご参加有難うございます。会費の残り分です。

太田 一夫 本日は欠席致します。代わりに代理人が出席しました。

荻野 賢司 本日所用の為早退します。

所沢市表彰式 パスト会長 鈴木 真澄

平成 27 年 11 月 14 日 (土) に「市制施行 65 周年記念」に当たり 27 年度所沢市表彰式が所沢市役所 8 階会議室で行われました。 労者表彰・・・77 名 善行者表彰・・・3 名 6 団体です。

功労者表彰内容 *市政の振興発展に貢献* 社会福祉の向上に寄与*保険及び生活環境の改善向上に寄与*消防又は防災の業務に寄与*教育、文化又はスポーツの振興に寄与し、その功績が特に優れた方の表彰でした。

善行者表彰内容は公益のため多額の私財を寄付された方、又は団体です。

今回は我が所沢西ロータリークラブの 30 周年記念行事で所沢市の高齢者福祉課に長テーブル 59 台を寄贈したことでの表彰でした。

幹事の堀江さんと私で参加し、表彰状を頂いてきましたので、写真と共に報告させていただきます。



職業奉仕委員長 室伏 秀樹

第 3G 職業奉仕研修会が、11 月 10 日 (火) 14 時半から開催され出席してきました。狭山東武カブに久しぶりに行きました。狭山 RC と狭山中央 RC の例会会場でしたが、狭山 RC は昨年 11 月に解散しました。個人発表が主で、持ち時間 10 分もあり苦労しました。

卓話 『ハワイの歴史・フラの効能』 ナプア アイネ イストラクター 須藤 緑様

♥ 須藤 緑様のプロフィール ♥

東京都渋谷区出身

横浜で育ち、山脇学園短期大学卒業後 野村證券 (株) 入社 投資相談課で 5 年間勤務し、結婚退社

1990 年 準ミセス所沢

2005 年 児童英語教師資格取得 公立小学校・自宅にて英語指導開始

フラダンス指導者講座終了後カルチャー・スクール・コミュニティーセンター・米軍横田基地にて指導開始



本日はこのような機会を頂戴し、大変光栄に思っております。

今回はハワイの歴史やなぜフラが美容と健康に良いのかについてお話しさせていただきます。

させていただきます。

古代ハワイは文字を持っておらず、大切な意思の伝達手段として、手話のように手や体で表現する万を使い天地創造の物語や先祖のルーツなどを後世に伝えてきました。

こちらが万の始まりとされています。

今から 2500 万年前 海底火山によりハワイの島々が誕生し、2~3 世紀頃ポリネシア人がハワイを発見しました。

その後死者より大集団がハワイに渡り双方の交流がなされましたが、移住が途絶えてからは、長い間世界から孤立し独自の文化を形成します。

1778 年イギリス人探検家キャプテン・クックがオアフ島を発見しその後急速に変化しました。

当時 部族の争いが絶えなかったのですが、カハハ大王が統一しハワイ王朝が誕生します。その頃アメリカよりキリスト教宣教師が渡来し聖書をハワイ語に訳しアルファベットで書き表しました。これがハワイにおける最初の文字の誕生となったのです。

万に於いては、野蛮なものとされ禁止令が出され50年間踊ることができませんでした。

しかし、カハハ王が万を甦らせ、好奇心旺盛な彼は世界旅行を経て近代文明と共に現代万が誕生しました。

全盛期だったハワイ王朝も勢いを失い、白人のクデータによりハワイ共和国樹立となりアメリカの併合によって王国は終焉を迎えます。

その後、アメリカ軍の保養地・観光地として多くの人々が世界中から訪れるようになりましたが、万はジョージアに取り込まれてしまい古典万は衰退してしまいました。

その後、1964年に伝統文化復活の活動が始まり、ハワイ島ヒロでメーサーフェスティバル(万の世界大会)が開催され現在は日本社会にも広く受け入れられ世界中に愛好者を持つ民族舞踊として変化を遂げました。

体の多くの機能を使う万ダンスの効能につきましては・・・

中腰で踊ることにより相当な筋肉を使い、その筋肉が増えることにより体力が付き、基礎代謝も上がり体脂肪を燃やしやすい体質になります。

また、複雑な振りを覚えることにより記憶や認知機能の向上につながり、仲間と一緒に笑顔で踊るため社交性も生まれ楽しさと共に気持ちが高揚する効果も期待できます。カラダを身にまとい、イヤヘアアクセリで輝きを増し、癒しの音楽で踊る

万は身体や脳の老化防止・若返りに絶大な効果があるということです。



♥ 須藤先生 ♥

♥長谷川様・鈴木様♥

多くのご夫人にご出席いただき、イヤ・衣装を付けて一緒にワダンズを楽しみました。

今週の担当 須澤 一男