

2018～2019 年度



THE ROTARY CLUB OF KOSHIGAYA NORTH

越谷北ロータリークラブ

例会日:毎週水曜日 12:30～13:30

例会場:越谷市千間台東インペリアルビル 4 階

T E L 048(975)9898

F A X 048(977)3741

創 立:1976 年 5 月 11 日

会 長 : 吉澤晴雄

副 会 長 : 宮崎敏博

幹 事 : 中澤伸浩

会報委員長 : 近藤慎悟

第 2070 回 例会記録 No. 13

平成 30 年 10 月 10 日

司会 : 渡辺 裕介 編集 : 市川 洋和

会 次 第

1. 点鐘

2. ロータリーソング「我らの生業」

3. お客様紹介

株式会社ボイスクリエーションシュクル

(浦和ダイヤモンド RC) 代表取締役 佐藤 恵 様

米山記念奨学生 邵 丹陽(ショウタンヨウ) 様

4. 会長卓話

5. 幹事報告

6. 3 分間ロータリー情報

7. 事業所紹介

8. 委員会報告

9. スマイル報告

10. 外部卓話

「10 年寿命を延ばす・喉を鍛える健康声磨き」

11. 出席報告

次回例会案内 平成 30 年 10 月 24 日

ロータリアンの行動規範

第 8G ガバナー補佐訪問

大熊 進 様

第 3 回クラブ協議会

会長卓話



吉澤 晴雄 会長

皆様こんにちは。本当に過ごしやすい日々が続いています。10 月もいよいよ 2 週目に入りました。明日浪江 RC の方に長谷川直前を始め、何名かの方で浪江 RC の例会に出席して参ります。本来なら私も出席しなくてはならないのですが、症状がまだ落ち着いていないので、長谷川直前に表敬訪問をお願い致しました。どうぞよろしくお願ひ致します。

そろそろ次々年度の会長を決めなくてはいけない時期になりました。毎年時の会長が皆様の方に、ご相談をさせて頂いています。今年度は越谷ロータリークラブの新井パストがガバナー補佐と決まっていますが、本来でしたら中クラブの順番でした。しかし、中クラブさんの方で遠慮の旨がありまして、次回は北クラブからガバナー補佐を出してほしいという話がありました。そちらの方を早めに決めて報告をしなくてはなりません。今年は、次々年度会長ノミニーとガバナー補佐を

決めなくてはいけないという事で、早めに指名委員会を開催しないとイケないと思います。そのような中で、どのように指名委員会を開催したら良いか、皆様からご意見を頂きたいと思っております。ご意見のある方はいらっしやいましたら、よろしくお願い致します。

皆様のメールボックスの方に地区大会の案内を投函させて頂きました。今年の地区大会は例年に比べ特別です。クラブ紹介の時にはガバナー補佐が第 8G の旗を持って、各クラブの会長が並んで登場するわけですが、今年は中川ガバナーの想いで、クラブ紹介の時にクラブのメンバー全員を登壇させるという話を聞いております。また最後の点鐘の前には、次年度ホストクラブの紹介という事で、北クラブのメンバーには全員タスキを付けて壇上に上がって頂き、私の方で次年度のクラブ紹介をするような形になると思います。そのような中で、メンバー全員には今回 11 月 11 日の地区大会には 100% 出席という事でお願いしたいと思います。出席委員長の方から、これから案内が行くと思いますが、欠席する方は理由も明記して頂きたいと思っておりますのでよろしくお願い致します。

幹事報告

中澤 伸浩 幹事

(クラブより)

•地区大会の件

11/10(土)-11(日)、大宮ソニックシティにて地区大会が開催されます。次年度ホストクラブを務めるクラブとして、全会員の出席をお願いします。本年度は、例年と異なり、クラブ紹介の際、クラブ会員全員がステージに登壇することになっております。クラブ紹介は、11/11(日)の大会第 2 日第 2 本会議の 14:20 予定です。また、次年度ホストクラブ紹介及び挨拶が、14:55 より予定されており、その際にも、当クラブ会員がステージに登壇し、吉澤会長の挨拶とともに、全会員で次年度へ向けてのアピールをすることになっております。会員の皆様には、出欠のご案内を送らせて頂きますが、次年度ホストクラブとして面目を損ねること

のないよう、基本的には全会員全日のご出席参加を、どうしてもやむを得ない事情で全日の参加が難しい場合でも、クラブ紹介、ホストクラブ紹介の時刻には必ずご参加頂きますようお願いいたします。

•ガバナー公式訪問の件

10/24 の大熊進ガバナー補佐訪問を経て、11/7 には中川高志ガバナーの公式訪問が実施されます。いずれも全会員 100% 出席にてお願いいたします。同日開催されるクラブ協議会に、どうしてもやむを得ない事情で出席できない委員長さんは、必ず、事前に副委員長さんに申し送りの上、出席して頂くようお願いいたします。

•10/11 に浪江 RC 例会に訪問します。例会は、同日 12:30 より(株)如水にて開催され、浪江 RC 友好委員長谷川委員長、大島副委員長、クラブ活性化委員会松井委員長、小宮山エレクト、幹事中澤の 5 名で訪問して参ります。

•米山奨学生ショウちゃんへ、10 月度奨学金を交付させて頂きます。

(ロータリー財団より)

•小林操会員に、大口寄付に対する謝状とともに、ロータリー財団携帯用カードが届いております。

•小林操会員、宮崎会員に、11/19 に神戸ポートピアホテルにて開催されるメジャードナー顕彰午餐会のご案内が届いております。

奨学金贈呈



米山記念奨学生 邵 丹陽(ショウタンヨウ) 様

10 月分の奨学金を贈呈しました。

財団大口寄付者



小林 操 ガバナーエレクト
おめでとうございます！

3 分間ロータリー情報



ロータリー情報委員会 青木 清 委員

最近のロータリーでは会員の減少が続き、どのクラブでも会員の増強に努めていますが、歯止めが掛からないようです。これは経済の景気との関係もあると思いますが、高齢化の影響でもあるでしょう。ロータリーの精神を大切にする事は、ロータリアンにとって大切です。ロータリーも時代と共に変化していますが、各ロータリークラブでも色々と考え、増強に力を入れていると思います。そのような中で、理想ばかりには行きませんが、ロータリアンとしてこのような考え方が必要です。ロータリーの友に載っていたので、一部分を読ませて頂きます。

■ロータリーの友先月号「子ども食堂」より

色々な子供たちを見てきて、生きづらさというのは、選択肢がないことだと思います。これしかない、という

のはつらい。「ほかに方法はないのかな」という声に「一緒に考えよう」と言える場所があれば良いと。どんな重いものを背負っていても、乗り越えられる人がいる。一方どんな小さなことでも、乗り越えられず立ち止まってしまっている人がいる。その差は、支え合ったり、つながっている人がいるかどうかの差ではないでしょうか。

こういう文ですが、改めまして昔のロータリーを思い出したので、紹介をさせて頂きました。

事業所紹介



株式会社アルフトーロ

代表取締役 近藤 慎悟 会員

皆様こんにちは。本日は、私の事業についてお話をさせて頂きます。私の会社、株式会社アルフトーロは 2013 年に創業、まだ 5 歳という赤ちゃんみたいな会社です。メインの事業では「40 代以降の女性服、小学生くらいまでの子供服」や「水着、ポーチ、サンダルなどファッション雑貨」を作っています。

私たちのモットーは「基準以上の品質・低コスト・短納期対応」です。アパレル業界が厳しい業界だというのは皆様ご存知だと思います。私たちは、その中で生き残るために限度はありますが「通常なら無理な条件」で他社が断る内容を通すことができる業界の便利屋的なポジションについています。

業務内容ですが、自家工場があるという事ではなく、メーカーから仕事を請け、その仕事を工場に振るといって話をしています。言い換えてみるとするならば「生産管理の代行」をしているような仕事をしています。工

場は国内・中国と半々ぐらいの比率で、中国では広州深圳を中心に行っています。ブランドを立ち上げたい、イベントなどのノベルティに使用したい、自社の商品に加えたいという方はお声がけください。

もう一つの事業ですが、私は「中小企業診断士」として「経営支援事業」を行っています。中小企業診断士とは『唯一、国が認めた経営コンサルタント』という立場になります。私が得意としているのは、WEB を含めたマーケティング、販路開拓・企画です。こういう話をすると、そもそも「マーケティングとはなにか」と聞かれる事があります。「マーケティング」とは、言ってみれば『明日、物が売れるための仕組み作り』です。それを作っていくには、会社をしっかり把握しないと いけません。皆様は自分の会社が『誰に対して、何を、どのように提供する』すぐ答えられますか？外部環境はどんどん変わっています。すぐ答えられるという人も、今の環境に適したものになっていますか？例えば「昔と変わって売上が下がってきた」「既存顧客が急に離れだした」などの症状が出ていたら要注意です。今の環境や需要からズレだしてしまっているのかもしれない。

少し話が変わりますが、皆様は健康であるために、定期的に健康診断を受けますよね？ご存知のように法人格も人です。健康診断を受けていない会社は受けてみませんか？私たち『中小企業診断士』はいわゆる法人格に対する街のお医者さんみたいなものです。健康診断という文字が経営診断に代わるだけです。その結果、病状によった適切な処方箋を出します。流行りだからという理由で、会社の状態に見合わない薬は危険でしかありません。以上です。ご清聴ありがとうございました。

委員会報告

会計委員会 佐藤 要 副会計

吉澤年度も早いもので4分の1を経過しまして、第一四半期の決算をご報告する運びと成りました。先ず

会費の納入状況ですが、全会員の方にお支払い頂きありがとうございました。予算に対して備品や雑費の執行状況が 100%を超えてございますが、会場の移転に伴う支出です。会場の OA 化に伴い、司会者の演台のパソコンや窓に取り付けた布製のスクリーンなどです。

今後とも、皆様からお預かりした大事な資金を有効に使わせて頂きますのでご協力の程よろしくお願い致します。詳細につきましては、収支報告書を掲示しておきますのでご覧ください。

公共イメージ部門 近藤 慎悟 委員

今回マイロータリー登録にあたり、事務局の方でマイロータリー登録用メールアドレスの作成を新規に行いました。順次登録を行っており、今週の金曜日にはマイロータリー登録が 100%となる予定です。来週以降、皆様のアカウントをお渡しできますので必要な方は事務局にお声がけください。

また、すでにマイロータリー登録がお済の方は既存のアドレスのまま使用ができます。

外部卓話



公株式会社ボイスクリエーションシユクル

(浦和ダイヤモンド RC) 代表取締役 佐藤 恵 様

「10 年寿命を延ばす・喉を鍛える健康声磨き」

健康に良い声磨きをアクティブシニアに向けて説明しました。



Copyright © 2017 Voice Creation Sacre All Rights Reserved

18

声磨きを行う事で、姿勢が良くなり、美容にも効果があり、健康が増進されます。

Copyright © 2017 Voice Creation Sacre All Rights Reserved

健康声磨きの効果

- ✓ 唾液分泌しやすくなり口内環境の向上！
- ✓ 嚥下機能がアップ！
- ✓ のど仏の上下運動で喉が鍛えられる！
- ✓ 背筋がピンと伸びて健康的で美しい姿勢をキープ！
- ✓ 発声によって脳の幅広い領域が刺激されて脳が活性化！
- ✓ ジョギングと同じくらいのカロリーを消費！
- ✓ 正しい呼吸で副交感神経が優位に働く！
- ✓ 腹筋と背筋を使うのでお腹周りがすっきりと！

健康づくり・介護予防

Copyright © 2017 Voice Creation Sacre All Rights Reserved

喉仏の上下運動がとても大切です。腹筋と背筋を使うのでお腹周りもすっきりします。

Copyright © 2017 Voice Creation Sacre All Rights Reserved

2011年以降日本人の死因

- 第1位 **がん**
- 第2位 **心筋梗塞**
- 第3位 **肺炎（7割が誤嚥性肺炎）**

肺炎で亡くなる人の増加が社会問題になり始めている時代です。
→ 「飲みこむ力」を鍛える

Copyright © 2017 Voice Creation Sacre All Rights Reserved

日本人の死因の第3位は肺炎になりました。その中でも7割が誤嚥性肺炎です。喉を鍛える事で誤嚥性肺炎を抑止することができます。

喉

生きていくうえで欠かせない機能が集中

- ・嚥下
- ・呼吸
- ・発声

「喉仏」周りの筋肉トレーニング

Copyright © 2017 Voice Creation Sacre All Rights Reserved

喉は「飲み込む事」「呼吸すること」「声を出す事」と、生きていく上で欠かせない機能が集中しています。とても大切なので、日頃から喉仏周りのトレーニングを行うようにしましょう。

😊 スマイル報告 😊

・今日は卓話にお招き頂きありがとうございます。越谷北 RC の皆様が声の力でますますお元気でお過ごし頂けますように、声磨きのお話をさせて頂きます。どうぞよろしく願いいたします。

佐藤 恵

・浦和ダイヤモンド RC 佐藤恵様、本日の卓話よろしく願いいたします。

吉澤 晴雄

・佐藤様、本日卓話よろしく願いいたします。

中澤 伸浩

・浦和ダイヤモンド RC 佐藤恵様、本日の卓話よろしく願い申し上げます。

小林 操

・浦和ダイヤモンド RC 佐藤恵様ようこそ。本日卓話よろしく願いします。

宮崎 敏博 会田 謙二 松崎 義一

佐藤 要 新沼 徹

・先日は結婚記念日のお祝いありがとうございました。欠席ばかりでごめんなさい。そして今日は早退です。ごめんなさい。

堀野 眞孝

・10月10日今日が43回目の結婚記念日です。来週欠席。

岡崎 勲

・須賀さん、御結婚おめでとうございます。末永くお幸せに。

一柳 昌利

・次女が出産の為帰国しますので、しばらく欠席が多くなると思います。よろしくお祈りします。

高 瑠美子

・ショウちゃんの元気な笑顔が見られて安心したよ。

木村 二夫

・今日のお弁当大変おいしかったです。今後も時々変化をつけて考えて頂けると嬉しいです。

大熊 正行 須賀 篤史

・本日宜しくお祈り致します。

松井 昭夫

・次回欠席します。

太田 靖彦

出席報告

会員数	49名
出席免除者	14名
出席者	32名
欠席者	17名
出席率	74.4%

浪江 RC 訪問

H30.10.11 浪江 RC 例会訪問

(訪問者)浪江 RC 友好委員会

長谷川真也委員長 大島直幸副委員長

クラブ活性化委員会 松井昭夫委員長

小宮山 大介 会長エレクト 中澤伸浩 幹事



浪江 RC 泉田会長
会長卓話が行われました。



浪江 RC 友好委員会 長谷川委員長
挨拶を行いました。



国際ロータリー第 2530 地区 佐原元パストガバナー
例会場にて卓話をされました。



記念碑の前で撮影 長谷川委員長と大島副委員長