

国際ロータリー第2780地区



横須賀北ロータリークラブ週報

2022～2023年度

例会日 毎週火曜日 12:30～13:30
 例会場 かながわ信用金庫追浜支店3階 横須賀市追浜本町1-28
 TEL 046 (866) 1515
 事務所 鈴木ハイツ2F 横須賀市追浜町3-22-202
 TEL・FAX 046 (866) 1801
 URL: <http://www.yokosukakita-rc.jp/>
 E-mail: info@yokosukakita-rc.jp



会 長 武藤 修儀 副 会 長 小菅 健史
 幹 事 平林 祐樹 会報委員長 芹澤 達之

第2872回 2023年 5月 16日『火曜日』横須賀北RC

点 鐘
 合 唱 「我らの生業」
 司 会 武藤 修儀 会長
 ゲスト
 ビジター
 誕生日祝い
 入会記念日のお祝い



「出席報告」

(本日) 5月16日

総数	出席対象数	出席数	出席率	メイクアップ	計	修正出席率
18名	18名	9名	50.00%	5名	14名	77.78%

(前々回) 4月18日

総数	出席対象数	出席数	出席率	メイクアップ	計	修正出席率
18名	18名	10名	55.56%	3名	13名	72.22%

「メーカーシップされた会員」

5/13 地区会員増強委員会 竹永 薫会員
 5/15 第1グループ 会長・幹事会 武藤修儀会長 平林祐樹幹事

「ニコニコBOX」

三役 皆様こんにちは。コロナが収束されつつある中マスクを外す機会が多くなり、風邪をひく方が多いようです。季節の変わり目、お身体にどうかお気を付けください。



本日のスピーチ 竹永 薫会員 宜しくお願い致します

竹永 薫会員 本日は卓話の機会を頂きありがとうございます

福嶋義信会員 竹永会員 卓話宜しくお願い致します。

金井秀樹会員 竹永さん卓話宜しくお願いします。本日も宜しくお願いします

ニコニコBOXの合計は6,000円（累計259,000円）

ご協力有難うございました。次週も宜しくお願い致します

「会長あいさつ」

- ・ 旧な暑さになりました。お体にはくれぐれもお気を付けください
- ・ 昨日 現・次会長幹事会がございました。現年度につきましては会員増強と米山・財団の寄付の報告がされました。あとは次年度関係のお話でした。
- ・ 三浦ロータークラブ 60周年記念式典が6月4日(日)にございます。ご出席頂ける方は締め切りが19日(金)までですので 私又は事務局までご連絡ください

「幹事報告」

- ◎ガバナー事務所より 203-24年度地区役員・委員会委員（正副委員長を含む）ご就任委嘱状が届いております。今年度より「地区ポリオプラス委員会」から「地区ローター財団委員会」の中の所属になり(小委員会)(2021-22年度と同じ)「ポリオプラス委員会」となりました。 石井 伸二会員 高田 源太会員
- ◎回覧 ①ハイライトよねやま 278 ②ポリオプラス・ソサエティのご案内
- ◎横須賀ロータークラブ・横須賀西ロータークラブより例会のご案内受領

「委員会報告」

「スピーチ」

「健康経営」について 竹永 薫 会員

1, 弊社「健康経営」の取り組みについて

〈背景〉

- ・ 法人青年部全国組織の取り組み開始（健康経営宣言書）
2020.5～
- ・ 商工会議所の取り組み（アキラ生命）2020
- ・ 弊社女性社員（50代前半）のがん闘病 2020.7～



〈始めた取り組み〉

- ・「健康経営優良法人認定（中小企業法人部門）」の取得
⇒アサ生命のサポートによる「健康習慣アンケート」を社員で継続実施
- ・大同生命「健康サポートプログラム」アプリを利用し、健康管理を継続実施
⇒「ウォーキング キャンペーン」に法人参加し、社員の健康促進
⇒平均歩数により、ポイント配布⇒健康グッズ等と交換
- ・朝礼内で「ストレッチ体操」を導入
- ・社員の「保険」に対する意識向上を図るため勉強会など
- ・社内の「趣味」に関する意識向上（健康は「身体」と「こころ」の両面）

2, 趣味を楽しむことによる「心の健康」（ストレス解消!）

〈釣り〉

- ・早起き⇒朝の潮風や日の出が最高に気持ちいい!
- ・思い通りに釣れたとき⇒最高に気持ちいい!
- ・釣れなくても（自然のせい⇒自分のせいではないから）気持ちいい!
- ・釣り仲間と時間を共有

〈スポーツ観戦〉

- ・WBC 普段のプロ野球とは違い「ハラハラドキドキ」しましたよね?
- ・プロ野球 巨人チームの応援で、日々の楽しみ
- ・様々な競技の「国際大会」（W杯やオリンピックなど）

〈映画やドラマ鑑賞〉

- ・アクション映画・・・ハラハラドキドキ⇒満足感
- ・ヒューマンドラマ・・・感動⇒スッキリ・満足感

