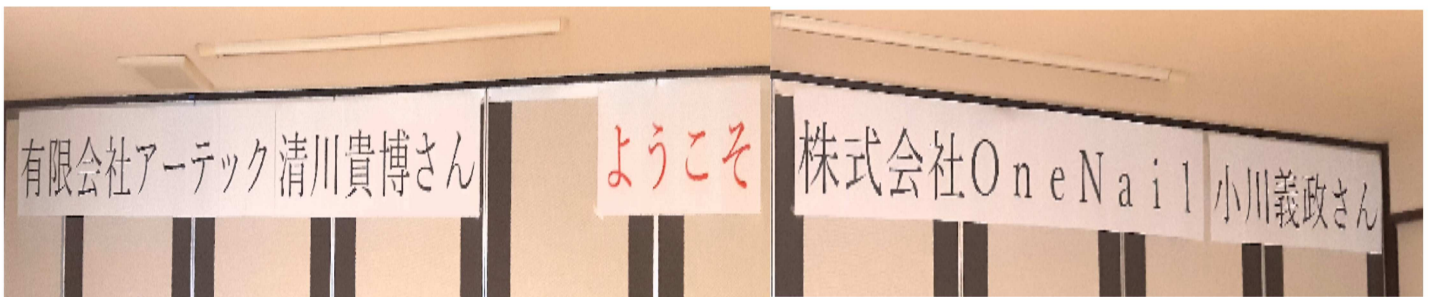


2025-26年度クラブ会報 第34号 2026年3月24日発行

2026年3月11日(水)第2544回 例会報告

夜間オープン移動例会(平成の間)



3月18日プログラム

TRC合同例会
平成の間(夜間)

3月25日プログラム

卓話 ユニ・ケア(株)
法人営業部長 大和 幸夫様
「国際女性デーを学び行動を」

2025~26年度国際ロータリー会長テーマ
Unite for Good

一よいことのために手を取り合おう

RI会長 フランチェスコ・アレツツォ氏 (イタリア、ラグーザRC)

2025~26年度東京武蔵村山ロータリークラブテーマ

『互いに学び行動し、ロータリーを楽しもう』

第54代会長 宮崎 正巳

・進行 新海 正人 会場運営委員長

・出席報告 波多野 健 会場運営委員

・点鐘 宮崎 正巳 会長



会員数	出席者数	出席率	前々回出席率修正
29名	27名	93.10%	なし

皆さんこんばんは。
本日は2名のゲスト、そして2名の卓話の方々においでいただきまして、賑やかに例会を進めてまいりたいと思います。
オープン例会ということで、お客様に来ていただいて、武蔵村山ロータリーをいろいろ知っていただくという趣旨でございますので、本日は懇親会までお付き合いいただきたいと思います。

・ニコニコBOX発表 内野 均 親睦委員長



・来客紹介 宮崎 正巳 会長

○ゲスト

・小川 義政様
株式会社 One Nail
総合建設

・清川 貴博様（遅れて参加予定）
有限会社 アーテック
金属加工製造業

○卓話講師

・峯岸 国男様
武蔵村山市体育協会 副会長

・木村 信一様
きむら施術院

 **ニコニコBOX**

- * 宮崎正巳会長⇒峯岸国男様、木村信一様ようこそおいで下さいました。本日の卓話を宜しく願います。
株式会社ワンネイル小川義政様、有限会社アーテック清川貴博様ようこそ。RCを味わって行って下さい。
- * 山田義高幹事⇒小川義政様、清川貴博様ようこそいらっしゃいました。RCを楽しんで行って下さい。
峯岸国男様、木村信一様卓話楽しみにしております。
宜しく願い致します。
- * 藤野豊様⇒誕生日を祝っていただき有難うございます。
峰岸さん、木村さん、小川さんようこそいらっしゃいました。
- * 宮崎茂夫会員⇒武蔵村山市体育協会副会長峯岸国男様、きむら施術院木村信一様ようこそおいで下さいました。
本日の卓話宜しく願います。
- また又(有)アーテック清川貴博様、(株)ワンネイル小川義政様ようこそおいで下さいました。RCの例会楽しんで下さい。
- * 荒井孝育会員⇒ワンネイル小川さんようこそお越し下さいました。存分に楽しんで行って下さい。
- * 遠田努会員⇒誕生日お祝有難うございます。
56歳になりました。
- * 遠田努会員⇒(株)ワンネイル小川さん、(有)アーテック清川さんオープン例会参加いただき有難うございます。今日はロータリーの雰囲気を感じてみて下さい。
- * 鶴田大助会員⇒結婚月のお祝い有難うございます。

◆今回計 33,000円 累計 985,000円

・お祝い報告

○お誕生日おめでとうございます。

9月 遠田 努 会員



3月 藤野 豊 会員



事務局の金子さんにホワイトデーのプレゼントを
会長・幹事より用意しました。

・会務報告 宮崎 正巳 会長



- 国際ロータリー第2580地区 ガバナー事務所
移転のお知らせ
- 5/23東京荒川ロータリークラブ バリアフリー演劇
プロジェクト公演のご案内
- 資料『ロータリークラブのブランディング
魅力を引き出すホームページの作り方』について
- IMご案内及び事務局派遣のお願い 〆切3/31(火)
・5月21日(木)登録開始 15時30分 場所
ホテルエミシア東京立川 ☆全員登録
- 米山奨学生の世話クラブとカウンセラーのお引き
受けについてのお願い
- 3/13NHK「おはよう日本」放送のお知らせ
ロータリー希望の風奨学金の件

・幹事報告 山田 義高 幹事



- 6/4 地区ミーティングのご案内(会長)
- 6/4 クラブ活性化ワークショップのご案内
(比留間孝司地区副幹事)
- 事前予告 6/4地区役員懇親会のご案内
(比留間孝司地区副幹事)
- 4/11 2026学年度米山カウンセラーオリエン
テーションと米山期間始業式のご案内
(比留間孝司米山カウンセラー)
- 来週のTRC合同例会出席をお願い致します。
- 佐藤貢会員より2/18松岡昇様「職業奉仕の
卓話」の週報用意していただいたので回覧します。

・卓 話

- ・オープン例会の趣旨説明と卓話の説明
遠田委員長より、広くロータリー活動を理解し、
新たな気づきや感動を得る機会として開催する
旨の説明があった。

峯岸 国男様
(武蔵村山市体育協会副会長)

- 経歴と健康の秘訣:
昭和19年1月1日生まれ82歳。
東芝府中に40年以上勤務。
全国への出張が健康の秘訣だと考えている。
- 会社での役割:
職場の改善活動(JP化)や人材育成を担当。
指導した若手が技能五輪世界大会で金メダルを
獲得した。
- ゴルフとエイジシュート:
38歳からゴルフを始め、70代でエイジシュートを
多数達成。
現在は仲間とのゴルフ会を月3回企画・運営して
いる。
- 「老人にならないかきくけこ」:
健康の秘訣として「感動・興味・工夫・健康・恋
(仲間を大切にすること)」の重要性を説いた。
- 現在の活動:
自身が編集した「武蔵村山市体協だより」の閲覧
を促した。

- 木村 信一 様
(きむら施術院)

- カイロプラクティックの普及:
全国健康普及会に所属し、「自分の健康は自分
で治す」考え方を支援している。
- 痛みの原因:
痛みの根本原因は生活習慣による骨のずれで
あり、神経圧迫や筋肉の硬化を引き起こす。
痛みは体が発するSOSサインである。
- 骨格のずれが与える影響:
頸椎のずれは頭痛や肩こり、胸椎のずれは循環
器系の不調、骨盤のずれは腰痛や足のしびれ等
につながる。
- 骨がずれる原因と予防:
日常的な癖(利き足に体重をかける、足を組む等)
が原因。
骨盤を整えることが最も重要で、体幹運動が有効。
- 健康維持の3要素:
「食事(3食しっかり)」「睡眠(硬いベッドで寝返り)」「
運動」が基本。
これらを継続することが重要。
- 坐骨神経痛への対策:
揉むだけでは改善せず、筋肉を開いて伸ばすアプ
ローチと、不足しがちなカルシウムの摂取が重要。
- 地域の健康を第一に考え、企業や家族向けの
出張体験会も実施可能。



懇親会



乾杯 荒井 孝育 会長エレクト



ゲスト挨拶 清川 貴博様



ゲスト挨拶 小川 義政様



締め挨拶 山田義高幹事

・3/13◆2026-27年度 地区チームラーニングセミナー
会場:椿山荘東京 バンケット棟4階 雅



◇ 創立 1972年7月8日 ◇ 承認 1972年7月20日
◇ スポンサークラブ 東京立川ロータリークラブ
◎ 会長 宮崎 正巳 ◎ 幹事 山田 義高
○ 副会長 荒井 孝育 ○ 副幹事 前川 優大
□ クラブ会報委員長 大野正士 副委員長 坂元洋幸
委員 比留間一義、遠藤友紀雄、薄井政光、比留間勝一、倉内哲(S)

東京武蔵村山ロータリークラブ
事務局/例会場 西武信用金庫村山支店2階
〒208-0004東京都武蔵村山市本町2丁目91-1
TEL:042-520-3251/FAX:042-520-3252
Eメール:t-mmrc@crest.ocn.ne.jp
●例会日:毎週水曜日 12:30~13:30