



Sabae Rotary Club

R I 第2650地区 2021-2022年度 鯖江ロータリークラブ

2022-23年度 国際ロータリーテーマ

2022-23年度 第2650地区スローガン



「感動、感激、そして感謝」



鯖江ロータリークラブ会長方針
『わくわくと感動と
思いやりの心で
奉仕しよう』
会長 大橋 良史

第3056回
5/12(金)

5月第1例会

点鐘:12:35

テーマ「ヨガと呼吸で幸せな人生に」
佐野クリーニング店主、フィットネスインストラクター
卓話 **佐野 直美 会員**

第3057回
5/19(金)

5月第2例会

点鐘:12:35

わくわくする例会 文化芸術プログラム
ピアノ **橋本(寺本)美恵 様**

第3058回
5/26(金)

5月第3例会

点鐘:12:35

テーマ「いのちに合掌～みんなが佛さま～」
妙智寺
卓話 **坂井 是真 ご住職**

5/12(金)

第3056回

4つのテスト

出席率 73.3%

鯖江商工会議所 4階大会議室

- 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

開 会 点 鐘
四 つ の テ ス ト
ロ ー タ リ ー ソ ン グ
会 長 の 時 間
幹 事 報 告 等
プ ロ グ ラ ム
閉 会 点 鐘

本日のリモート出席者



野中 敏昭 会員

ロータリーソング



奉仕の理想
西尾 俊一
ソングリーダー

会長の時間



大橋 良史 会長
皆様GWはいかが
過ごされたでしょ
うか。

私は、混雑を避
けてのんびりとした休日を通
過してまいりました。西山公園
に行こうと思いましたが、す
ごい賑わいで通過しただけ
でした。あるエコノミストの
統計によりますと、今年の
GW期間中の日本人と外国人
の合計旅

行消費額は2兆8,987億円で昨年と比べて1兆937億
円増加しました。インバウンドも含め、国内の観光
産業が回復する兆しが見えてきました。鯖江での消
費は分かりませんが、にぎやかになることはいい
ことですね。

当クラブ会員の浅野さんが4月から商工会議所女
性会会長にご就任されました。おめでとうございます。
私も青年部会に若い頃から入っていましたが、
鯖江商工会議所は女性会と青年部会がとても精力的
に活動されていて、今の活性化につながっていると
思います。百戦錬磨の方々とまとめるのは大変か
と思いますが、頑張ってください。応援しています。
さて、いつも会長の時間でネタに困るとすぐ今日
は何の日に頼ってしまうのですが、今日は看護の日
だそうです。

看護する心、助け合いの心を広く知ってもらい、
育んでもらおうと、イギリスの看護師フローレンス
・ナイチンゲール (Florence Nightingale, 1820～
1910年) の誕生日にちなんだものだそうです。

5月8日から新型コロナウイルスの感染症法上の
位置づけが、季節性インフルエンザなどと同じ「第
5類」に移行しました。今後、法律に基づいた外出
自粛の要請などはなくなり、感染対策は個人の判断
に委ねられるほか、幅広い医療機関での患者の受け
入れを目指すなど、3年余り続く国のコロナ対策は
大きな節目を迎えました。

新型コロナが終息するには3年以上かかるだろ
うと当初から報道されていましたが、本当に3年以
上かかりましたね。しかしながら、新型コロナウィ
ルスが消えない限り、第9波が来るのではと言われて

いますし、終息とは言えず、継続的な健康問題とし
てインフルエンザ以上に気を使いながら今後行動し
なければいけないと思います。 本日は看護の日と
いうこともあり、これまでコロナの対策に追われ大
変だった看護師さんを含め、医療関係者の方々に改
めて感謝をしたいと思います。

幹事報告

野呂 和夫 幹事



① R I 第 2 6 5 0 地区学友会
「ロータリーフェローズ 2 6
5 0」のご案内です。

6月17日(土)の開催で、
5月29日(月)が登録締め切りとなっています。
概要詳細は資料を掲示板に示しますので、ご覧いた
だきたくお願い申し上げます。

②事務局の出勤時間の変更についてです。具体的
には、本来の出勤日でありました6月1日(木)は欠勤
になりますとの事です。これも掲示板に掲示しまし
た。ご覧ください。

③次に、クラブ活動報告書の年間カレンダーにも示
してありますが、早くも今月5月は家庭会合の月で
す。テーマに関しまして、先々週のクラブ協議会中
にも議論が白熱しましたいくつかの事から「欠席が
多い会員をいかに出席させるか」としました。各班
長様、よろしくお願いいたします。

④本日の例会終了後は、5月理事会を行います。
関係各位は、例会終了後もこの会場に残ってくださ
い。

卓話 佐野直美 会員

テーマ 「ヨガと呼吸で幸せな人生に」



卓話者:佐野クリーニング店主、フィットネスインストラクター
佐野 直美 会員

※「ヨーガ」

ヨーガの起源は時間のペールに包まれた謎です。ヨーガが存在していたという最古のものは、ヨーガのポーズをとる人の姿を石の表面に刻み付けたもので、これがインダス川流域から多数発掘されています。

ヨーガという語は、本来正しくは「ヨーガ」であって、「ヨガ」ではありません。ヨーガの経典や仏教の経典のほとんどは、インドの伝統的な古典語である「サンスクリット語」によって書かれています。

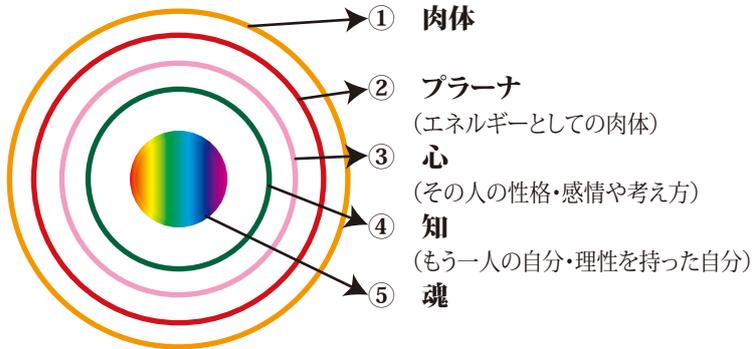
サンスクリット語である「ヨーガ」という語は、その文法上「YOGA」の「O」は必ず長母音で発音します。従って正しくは「ヨーガ」と発音します。

ヨガという言葉は、紀元前後500年頃、バラモン教(ヒンズー教の前身)から現れました。

※「ハタヨガ」

サンスクリット語の「ハ」は太陽。「タ」は月の意味で、互いに捕捉し合うものの力を合体させることを指します。

ハタヨガは、集中・忍耐・安定した向上を促し、そのため年齢や国籍、宗教に関わらず、あらゆる人に適しています。



※「エネルギー」

エネルギーは、ナーディと呼ばれる経路を通して循環します。身体の中や周囲には72,000のナーディがあるとされています。最もよく知られているのが3つあります。



- ① スシュームナー 脊髄の上にある
- ② イダ・ナーディ 陰のエネルギー 左側から発し、右鼻腔が出口
- ③ ピンガラナーディ 陽のエネルギー 右側から発し、左鼻腔が出口

※チャクラ

チャクラ(人間の本质・エネルギーフィールド)は、7つあります。

- 7 頭頂 白・黄金色 無・宇宙との交信・つながり
- 6 眉間 濃青・淡灰 想像力・テレパシー
- 5 喉 スロイブルー 自己を表現する・コミュニケーション
- 4 胸 緑又は青 愛・慈愛
- 3 腹 黄 やる気・頑張る気
- 2 腰 オレンジ エゴ(利己主義)・感覚的
- 1 尾骨 赤 生命力

結婚祝い

窪田 健一 会員	桑原 重之 会員
清水 康弘 会員	瀧ヶ花 秀晃 会員
橋本 政宣 会員	吉田 俊博 会員
西尾 俊一 会員	

誕生祝い

田村 康夫 会員	岩尾 顕治 会員
----------	----------

勤続表彰

吉田 俊博 会員	笹尾 昌敬 会員
----------	----------



- 大橋 良史 会員 佐野さんの卓話を楽しみに
- 野呂 和夫 会員 "
- 岡本 圭子 会員 クラブ報告書ご協力いただきましてありがとうございました。助かりました!
- 田村 康夫 会員 佐野さんありがとう
- 梅田 吉臣 会員 佐野会員の卓話を楽しみに お手柔らかに!
- 窪田 健一 会員 結婚49年 結婚まであと1年
- 佐野 直美 会員 卓話をさせていただきます。よろしくお願いたします。お天気ですわやかな気分になりますね
- 幸道 森市 会員 ニコニコ川柳よろしくお願いたします

- 岩尾 顕治 会員 誕生祝いをいただいて
- 橋本 政宣 会員 鈴木様の卓話を楽しみに
- 大島 恒彦 会員 佐野会員の卓話を楽しみに
- 清水 康弘 会員 結婚祝を頂いて
- 深見 泰和 会員 佐野会員の卓話を楽しみに
- 西尾 俊一 会員 結婚祝いを頂いて 28年になります。早退します
- 吉田 俊博 会員 カキツバタも咲き誇る季節となりました。佐野節楽しみにしています。勤続、結婚祝いありがとうございます
- 齋藤 多久馬 会員 お先礼します



ニコニコ箱発表
幸道 森市
ニコニコ委員長