

2019 - 20 年度 国際ロータリーのテーマ  
『ロータリーは世界をつなぐ』  
RI 会長 マーク・ダニエル・マローニー

川崎北ロータリークラブ会長の方針  
『この先の未来へ』  
会長 朝山 浩

Rotary



# 川崎北ロータリークラブ 会報



会長 朝山 浩

幹事 野口 隆一

会報委員長 大塚 正一

事務所：〒211-0063 川崎市中原区小杉町 3-70-4 ホーユウパレス武蔵小杉 104 TEL 044-722-8037

メール：knrc@nifty.com

URL：http://kawasaki-north-rc.blue.coocan.jp/

例会：毎週水曜日 12：30

二子玉川エクセルホテル東急

## 第 2859 例会

令和元年 8 月 21 日 (水)

(本年度第 6 回)

### 点 鐘

朝山 浩 会長

### スマイル体操

山川 哲史 親睦委員

### 司会と斉唱

大塚 正一 会場監督  
生垣 繁 ソングリーダー  
「それでこそロータリー」

### お客様紹介

峯岸 雅宏 親睦委員

### ゲストスピーカー

JAPAN DANCE SCHOOL 校長 丹羽 千種 様  
樋口 明 様 (神奈川 RC)  
小川 湧三 様 (川崎鷺沼 RC)

### 出席報告

若林 潤 出席副委員

会員数 55 名 (対象外 6 名)	出席 33 名	欠席 22 名
		出席率 67.35%
前々回訂正 (対象外 7 名)	欠席 23 名	MAKE UP 4 名
		訂正出席率 75.00%

### 欠席者

花田君	星野(博)君	星野(妃)君	石井君	石坂君
上山君	甲田君	柁木君	妻鹿君	三平君
宮下君	宮崎君	溝淵君	茂木君	帯谷君
関君	世良君	重田君	色摩君	谷口君
豊見山君	藁科君			

### 記念品贈呈

朝山 浩 会長



## かわさき鈴虫祭り 協賛金贈呈



今年で 38 回目のかわさき鈴虫祭りが 8 月 25 日 (日) に川崎市中原区常楽寺 (マンガ寺) で行われました。戸川 俊雄 副会長から朝山 浩 新城鈴虫愛好会会長に協賛金の贈呈がありました。

### 会長報告

朝山 浩 会長

甲田 博康 会員 (ご本人) より、事故による骨折により例会をお休みされる旨のご連絡がありました。

### 幹事報告

野口 隆一 幹事

#### 1. 地区からの来信

RLI (ロータリーリーダーシップ研究会) パート I 開催のご案内

日時：9 月 8 日 (日) 8：30-17：00

会場：聖光学院中学高等学校

※出席対象者：会長、会長エレクト、幹事、ロータリーを一層理解したい方、将来有望な若手・中堅の会員の方々

#### 2. 他クラブ例会臨時変更

##### ●川崎 RC

9 月 19 日 (木) 休会

### 委員会報告

#### 米山 元章 親睦委員長

移動例会のお知らせ

日時：9 月 11 日 (水) 点鐘 18：00 ※現地集合

会場：箱根湯本温泉 水明荘

会費：25,000 円 / 人 (2 次会込み)

## 卓話

### JAPAN DANCE SCHOOL 校長 丹羽 千種 様

#### 【経歴】

吉村 幸子、加藤 和子に師事  
サンフランシスコ・シティバレエスクールに短期留学  
谷 桃子バレエ団 研究生より入所  
CHIGUSA BALLET STUDIO 主宰  
日本バレエ協会員  
ベトナム国立バレエ学校特別講師  
神奈川県舞踊協会員  
JDS バレエ科講師  
チアリーディングバレエ部門講師・大会審査員  
NPO 法人バー・アスティエ協会公認講師  
バレエストレッチ講師  
余バレエアカデミー教授法取得 32 期生  
パリ・オペラ座バレエ教授法修了取得



幼いころに、ピアノ教師をしていた母親に何を習いたいか聞かれ「踊りたい」と答えたことがきっかけとなり、私のバレエ人生は始まりました。

現在、日本のバレエ人口は世界で一位です。海外でバレエ教室を開くには国際免許が必須ですが、日本では必須ではなく、川崎市にも数多くの

教室があります。私のバレエスタジオは開校 15 周年になります。最近では、一般的に敷居が高いと言われるバレエだけでなく、誰もが参加できて健康的な身体作りの一歩につながるような「ストレッチ運動」を広めるため、バーオソルフロアバー「バー・アスティエ」の国際免許を取得し、新しいプロジェクトも始めました。バーオソルフロアバー「バー・アスティエ」は、川崎市で私を含めた 2 名（日本全国で 100 名）の講師が川崎市のご協力のもと、コスギフェスタなどに参加して広報活動を行っています。

骨には動く骨と、動かない骨の二種類があります。また骨の周囲には筋肉があり、細いものとなると髪の毛ほどで、これが束になると筋膜と呼びます。この筋膜をはがし、筋肉と骨をずらすことがストレッチの効果になります。背骨は 12 個、頸椎は 5 個の小さな骨が組み合わさって一本となり、各所を支えています。人体は年齢を重ねると本来骨と骨の間にある隙間がつぶれてなくなる傾向にあり、これが腰痛などの要因となります。腰周りは他の部位と比較すると支える骨が小さな骨盤しかないため、体幹筋と呼ばれる筋肉を鍛えることも腰痛を予防するキーです。

本日は呼吸を意識して筋肉に酸素を入れて膨らませながら、動く骨である肩甲骨、頸椎、背骨の可動域を広げるためのストレッチを行って参ります。



## ニコニコレポート 松下 幸夫 副会場監督

### 樋口 明 様 (神奈川 RC)

本日はお世話になります。よろしくお願ひいたします。

### 小川 湧三 様 (川崎鷺沼 RC)

お世話になります。

### 朝山 浩 会長、戸川 俊雄 副会長、野口 隆一 幹事、 incoming 武久 60 周年実行委員長

本日は、丹羽 千種 様の卓話です。丹羽 様、よろしくお願ひいたします。また、来週は横浜ベイシェラトンホテルにて親睦夜間例会です。皆様、ご出席よろしくお願ひいたします。

### 武田 信平 君

8 月 17 日に Jリーグ第 23 節、フロンターレ対ベガルタ仙台戦がアウェー仙台にて行われました。前節にディフェンスの主軸 2 人がレッドカードとイエローカードをもらい、仙台戦は出場停止。この二人の出場停止が効きました。先制はしたものの、あっさりと逆転されてしまいました。必死の反撃を繰り広げ 1 点を奪いましたが、残念ながら引き分けてしまいました。この結果、順位はひとつ下がり 3 位となりました。24 日の清水戦はなんとしても勝たなければなりません。奮起を期待します。

### ビール同好会：戸川 俊雄 君、渡邊 敏久 君、生垣 繁 君、 大部 哲也 君、洪 征治 君、柳澤 信夫 君

JAPAN DANCE SCHOOL 校長 丹羽 千種 様、暑いところ本日の卓話ありがとうございます。楽しみにしております。神奈川 RC の樋口 様、ようこそいらっしゃいました。楽しんでください。

### 谷口 一成 君

JAPAN DANCE SCHOOL 校長 丹羽 千種 様、本日の卓話よろしくお願ひいたします。楽しみにしております！