



# Yonago East Weekly

50年を経て、さらに求める「奉仕の理想」

- 創立／1968年4月24日 ●事務所／米子市西福原1-1-55 スマイルホテル米子 Tel (0859) 32-5531
- 例会日／水曜日12:30～13:30 ●例会場／ANAクラウンプラザホテル米子  
米子市久米町53-2 Tel (0859) 36-1111
- 会長／永島清孝 ●幹事／今出 上 ●会報／黒見純治

## 出席報告

会員数 112名  
 出席数 73名 欠席数 35名  
 出席免除会員 4名 荒川(雄)君 杉原(弘)君  
 新納君 佐田山君  
 出席率 68.47 %  
 補正出席率 前回 11/28 75.89 % 11/14 75.89 %

**ビジター**  
**メーカーキャップ**  
 会員9名(12/4理事会)  
 秦野君、石部君、宮永君(12/9次期クラブR財団委員  
 長研修会・地区補助金セミナー 出雲ロイヤルホ  
 テル)  
 杉原(弘)君(12/10米子南RC)

## 今週のお祝い

**出席100%祝: 該当者なし**  
**本人誕生祝:** 2日 米田政史君 4日 杉原秀一  
 郎君 高田泰司君 11日 諸遊哲也君 12日 赤  
 木勇夫君 19日 松浦啓介君 22日 木美俊彦  
 君 宮本寛雄君 24日 小谷維夫君 澤 耕司君  
 25日 吉岡朋美君 29日 木田洋一君 31日 塩  
 谷眞司君 入江 到君  
**スマイルBOX** 47,000 円 (764,000 円)  
**本人誕生祝:** 赤木君、木美君、小谷君、松浦  
 (啓)君、宮本(寛)君、諸遊君、杉原(秀)君、種  
 田(宏)君、米田君 結婚記念日祝: 西村(偉)君  
 創立記念日祝: 岩岡君、宮本(寛)君、西村(偉)  
 君、内田君

## 会長挨拶

これからは寒い日が続きますが、寒くなりますとど  
 うしても姿勢が悪くなります。今日はその姿勢につい  
 て、長年剣道を通じて学んだことを持論を交えてお  
 話したいと思います。

今日は立ち姿についてお話しします。まず両足を  
 揃えて立って両足のかかとを上げて背伸びをします。  
 そして静かに両足のかかとを下げます。膝は伸ばし  
 すぎず緩めすぎず、余裕を持たせます。お尻は後ろ  
 へ引くようにして臍を前に突き出します。そして軽く  
 胸を張って、腕は体側に沿って力を入れずに自然に  
 下げます。顎は軽く後ろに引きます。歯は奥歯を軽く  
 噛み締め、舌は上の前歯の裏側に軽くつけます。”  
 耳目水平”という言葉があります。目尻と耳の付け  
 根を結んだ線が床と平行になるということです。後頭  
 部はまっすぐ天を指すようにします。肩の力を抜い  
 て腰で立つ、いわゆる”上虚下実”という姿になりま  
 す。人前に立つ時、特に挨拶とかお客様を迎える  
 時、両足の膝の内側が合うように、必ず両足のかか  
 とをつけるように心得ておいてください。

良い姿勢を保つということは体にいいことだと思  
 います。是非胸を張って堂々とした姿で例会に出席し  
 てください。

## 幹事報告

- 1.PHF4回表彰 宮本守 会員
- 2.本日例会終了後、指名委員会開催
- 3.12/19クリスマス家族会のご案内例会終了後FAX
- 4.2019-20年度地区補助金奨学生募集について  
 // グローバル補助金奨学生募集について
- 5.第36回全国RC野球大会のお尋ね
- 6.2017年度事業報告書の送付と基金へのご寄付のお  
 願い(一般財団法人比国育英会バキオ基金より)
- 7.例会変更のお知らせ

地区	日	時間	備考
境港RC	12/18(火)	忘年家族会	ビジター受付あり
米子中央	12/20(木)	夜間例会	〃
米子	12/21(金)	〃	〃
鳥取西	12/14(金)	〃	〃
鳥取中央	12/17(月)⇒12/23(日)	に変更	〃
鳥取北	12/18(火)	年忘れ家族会	〃
倉吉	12/18(火)⇒12/23(日)	に変更	〃
倉吉中央	12/19(水)	クリスマス家族会	〃
松江南	12/17(月)	夜間例会	ビジター受付 12:00～12:30
松江	12/19(水)	〃	〃



