

● 幹事報告 平田修一幹事

幹事報告をご覧ください。  
 ●11月9・10日に地区大会があります。14日の例会の振替になります。ポリオTシャツ着用をお願いします。  
 ●11月23日に17:30より銀座アスター川口にて、中壠RC姉妹クラブ調印式があります。  
 ●11月13日18:00よりおかわらにて、楽しくお酒を飲みながらロータリーを語る会があります。

● 出席報告 永瀬俊朗委員

本日分 10月31日  
 会員数 101名  
 出席 45名  
 出席率 49.47%



● ニコニコ資金報告 加藤咲子委員長

前日までの累計 738,843円  
 本日の計(34件) 45,000円  
 本日までの累計 783,843円



● 卓話に際して  
 蓮見さん・岩井さん、卓話よろしくお願ひします。  
 渡部行光会長  
 会員卓話、蓮見孝子様・岩井光竜様、楽しみにしています。蓮見さんの世界をめぐるワインの話、楽しみです。岩井さんのゴルフをやって腰が痛くなるわけがないなどの話、楽しみです。平田修一幹事  
 蓮見さん・岩井さん、卓話よろしくお願ひします。

江連俊裕会員  
 蓮見さん・岩井さん卓話たのしみにしてました。  
 岡村睦美会員  
 卓話楽しみにしています。蓮見さんの今夜のアルピーノでのワイン会も楽しみにしています。請川かおり会員  
 蓮見さん・岩井さん、卓話楽しみにしています。

佐藤進会員  
 荒隆一会員  
 卓話楽しみにしております。本日の卓話、蓮見さん・岩井さん、楽しみでーす。  
 渡辺成子会員  
 蓮見様・岩井様、卓話よろしくお願ひいたします。

永村俊朗会員  
 杉山直会員  
 楽しみにしております。先日の川口市産品フェア、楽しかったです。蓮見会員・岩井会員の卓話を楽しみにしています。木内賢治会員  
 以下、同様の趣旨で。  
 小倉克徳会員、鈴木慎一会員、増田泰久会員、向山悟会員、柳澤昭子会員

● 入会記念祝に際して  
 入会記念、ありがとうございます。岡村睦美会員  
 入会祝い、ありがとうございます。下館貴子会員  
 入会記念、有難うございました。出沖幸雄会員  
 新しく入会されたメンバーの方々、ロータリークラブ楽しんでますか？ 森絹子会員  
 入会記念おめでとうございました。榎本英昭会員

● その他  
 ポリオデー、市産品フェアと、長時間のイベントご苦労さまでした。渡部行光会長

先日は北村様夫婦に大変お世話になりました。  
 小倉利夫会員  
 芝崎眞理会員  
 早退させていただきます。今朝、保育園の子供20人がハロウィンで当社に来ました。渋谷よりさわやかでした。小川長四郎会員  
 11/28(木)の例会は休会の日ですが、川口の神社のご朱印めぐりをランニングクラブで行います。14:30くらいに歩いて回る予定です。ウォーキングでもかまいません。

白井靖会員  
 ポリオ募金、市産品フェアおつかれ様でした。すばらしいクラブ活性化になったと思います。11/23はRLI2回目です。さらなるクラブ活性化のため御参加をお願いします。

請川かおり会員  
 砂沢学賦会員  
 所用の為早退します。今週の土・日で篠田さんのモトミュージックタウンにゲスト出演しました。面白い内容になってるので、お時間がある方は是非！大竹純会員

大雨の後佐久でゴルフをしました。スタートホールから見える浅間山は最高でした。台風、実家無事でした。

小林修会員  
 昨日ゴルフでしたが、東北道キリのため岩槻から佐野藤岡迄通行止め。朝6時に家を出て岩槻インターを出たのが8時半過ぎ、疲れて家にカンバック。好きなゴルフ中止でがっかりでした。朝日恵子会員  
 先の市産品フェア、みなさまの献身的とも言えるご協力のおかげで盛況なブースが作れました。心よりお礼申し上げます。篠田元一会員  
 ポリオの募金活動も、市産品フェアも、おつかれ様でした。楽しかったよ。加藤咲子会員  
 10/24世界ポリオデー募金活動お疲れさまでした！残金をニコニコへ。ポリオデー打ち上げ参加者より

● 本日の行事

● 入会記念祝



下館貴子会員、岡村睦美会員、渡部行光会長、増田泰久会員、出沖幸雄会員

● お疲れ様です

神原秀禎会員より、台風被災地の報告がありました。



● 会員卓話  
 蓮見孝子会員



ワインとは何からできる？



岩井光竜会員



**[1] 足首をやわらかく、むくみ予防エクササイズ**  
 足首の可動域を広げ、むくみ予防に効果的です。正座で行って下さい。  
 足の指の付け根を伸ばす。足の指の付け根を伸ばす。足の指の付け根を伸ばす。  
 足の指の付け根を伸ばす。足の指の付け根を伸ばす。足の指の付け根を伸ばす。  
 足の指の付け根を伸ばす。足の指の付け根を伸ばす。足の指の付け根を伸ばす。

**[2] 背骨調整エクササイズ**  
 背骨の調整に効果的です。背骨の調整に効果的です。背骨の調整に効果的です。  
 背骨の調整に効果的です。背骨の調整に効果的です。背骨の調整に効果的です。  
 背骨の調整に効果的です。背骨の調整に効果的です。背骨の調整に効果的です。

**[3] 胸を膨らみ内臓から体をあたためるエクササイズ**  
 呼吸を深め、内臓をあたためるエクササイズ。呼吸を深め、内臓をあたためるエクササイズ。  
 呼吸を深め、内臓をあたためるエクササイズ。呼吸を深め、内臓をあたためるエクササイズ。  
 呼吸を深め、内臓をあたためるエクササイズ。呼吸を深め、内臓をあたためるエクササイズ。

**[4] 四十肩、五十肩、肩こり 改善・予防エクササイズ**  
 四十肩、五十肩、肩こりの改善に効果的です。四十肩、五十肩、肩こりの改善に効果的です。  
 四十肩、五十肩、肩こりの改善に効果的です。四十肩、五十肩、肩こりの改善に効果的です。  
 四十肩、五十肩、肩こりの改善に効果的です。四十肩、五十肩、肩こりの改善に効果的です。

**[5] 膝関節・スネ・足関節 (ストレートネック) 改善エクササイズ**  
 膝関節、スネ、足関節の改善に効果的です。膝関節、スネ、足関節の改善に効果的です。  
 膝関節、スネ、足関節の改善に効果的です。膝関節、スネ、足関節の改善に効果的です。  
 膝関節、スネ、足関節の改善に効果的です。膝関節、スネ、足関節の改善に効果的です。

**[6] 頸椎矯正 (首・肩・腰) エクササイズ**  
 頸椎矯正に効果的です。頸椎矯正に効果的です。頸椎矯正に効果的です。  
 頸椎矯正に効果的です。頸椎矯正に効果的です。頸椎矯正に効果的です。  
 頸椎矯正に効果的です。頸椎矯正に効果的です。頸椎矯正に効果的です。

**[7] 眼精疲労・集中力回復エクササイズ**  
 眼精疲労、集中力回復に効果的です。眼精疲労、集中力回復に効果的です。  
 眼精疲労、集中力回復に効果的です。眼精疲労、集中力回復に効果的です。  
 眼精疲労、集中力回復に効果的です。眼精疲労、集中力回復に効果的です。

**[8] 眼精疲労・集中力回復エクササイズ**  
 眼精疲労、集中力回復に効果的です。眼精疲労、集中力回復に効果的です。  
 眼精疲労、集中力回復に効果的です。眼精疲労、集中力回復に効果的です。  
 眼精疲労、集中力回復に効果的です。眼精疲労、集中力回復に効果的です。