



TOKYO  
SHIMBASHI  
ROTARY CLUB  
JAPAN  
2017/2018



国際ロータリー2750地区  
東京新橋ロータリークラブ

A City Alive with Green and Water

街に緑と水を

WEEKLY REPORT



年次標語「みんなで楽しもう 充実したクラブライフ」

### 本日の例会

本日は、「年次総会」です。



～前回の例会～  
クヤダンスカレッジ  
ダンス講師  
嘉門 雅江 氏  
「社交ダンスについて」

クリスマス例会のときに、デモンストレーションで踊らせていただきます。また、簡単な講習をして、初心者でも簡単なブルース、マンボを踊る企画していますので、皆さん参加してください。

社交ダンスは、スタンダード 5 種目、ワルツ、タンゴ、スローフォックストロット、クイックステップ、ベニーズワルツの 5 種目と、ラテン 5 種目、チャチャチャ、サンバ、ルンバ、パソドブレ、ジャイブの 5 種目です。これ以外にも、パーティーダンスとして、ブルース、ジルバ、マンボといった種目もあります。

初心者には、ブルース、ジルバから教えています。豪華客船で踊るようなことがあれば、ブルース、ジルバ、スタンダード種目からワルツ、タンゴ、ラテン種目からルンバ、チャチャチャ、この 6 種類さえ踊れば、十分にダンスパーティー楽しめると思います。

私は、現在、東部日本ボールルームダンス連盟 (JBDF) に所属しており、ラテン元 A 級、スタンダード C 級です。A 級、B 級、C 級、D 級、ノービス級とあって、ピラミッド型になっています。A 級になるためには協議会で良い成績を残さねばならず、A 級を維持するのはとても難しいことです。競技会で常に上位にしなければなりません。

社交ダンスの良いところを 4 つお話させていただきます。

まず、音楽に合わせて体を動かすとストレス解消になります。音楽を聴くと自然に体が動く。これは、

人間の自然な感情だと思います。

次に、社交ダンスは、どんな年代でもできるものです。運動神経も関係ありません。歩けさえすれば踊れます。リハビリでいらっしゃる方もいます。杖を突いて教室に来て、杖を置いて私と踊って、杖を突いて帰る方もいます。一生できるスポーツです。

社交ダンスは、紳士淑女のスポーツです。男性と女性が相手の意図や立場を考えて踊ります。普段の上司と部下の人間関係や男女の駆け引きも上手になるかもしれません。また、身だしなみや立ち居振る舞いにも気を使うようになるかもしれません。

最後に、社交ダンスをすると姿勢が良くなります。スタイルや普段の姿勢がよくなり、普段のしぐさが美しくなったりします。がらりと代わる方が多くいます。姿勢がいいと若く、素敵に見えますし、足腰の痛みが、良い姿勢で減るかもしれません。

社交ダンスをみなさんにお勧めしましたが、どのスポーツでも根本は一緒で、体を動かすことや体に意識を飛ばすことがいいことだと思います。健康年齢を維持するためにどんなことでも体を動かしていただくといいと思います。

### 第 111 回秋の一声会後記



11 月 11 日、秋の一声会が中山カントリークラブにて開催されました。

今回は、会員 10 名花水木 1 名の計 11 名、そして第 111 回 11 月 11 日と全て 1 の数字が並んだ記念すべき会となりました。当日は雨の予報でしたが、暖かい絶好のゴルフ日和となりました。今回から相田、村上両会員が参加され、プレー後のパーティーも皆様のおかげで大変盛り上がり楽しい一日となりました。

結果は優勝藤永、準優勝堀会員、3 位小西会員の結果となりました。

そして、木村会員が記念すべきグロス 111 で廻られました。佐藤会員から素敵な賞品を寄贈して頂きました、書面をお借りし御礼申し上げます。

皆様本当に有り難うございました。

(記 藤永 忠利)



## 第 1511 回例会報告

### ■ 11 月 28 日例会プログラム

1. 点鐘
2. ローターリーソング「それでこそロータリー」  
本日の歌「鉄道唱歌～東海道編～37 番」
3. 会長報告
4. 卓話
5. 点鐘

### ■ 出席報告

11 月 28 日 出席者 44 名 ビジター 2 名 出席率 69%  
11 月 14 日 出席者 34 名 メーキャップ 9 名 計 43 名  
会員数 68 名 出席対象者 65 名 修正出席率 66%

### ■ ビジター(敬称略)

仁志 佳資(徳島プリンス) 嶋田 誠次郎(大阪北)

### ニコニコボックス

.....

村木 茂 先週のグルメ会有難うございました。木村さん、田中さん、高橋さん、お酒のサービスお疲れ様でした。

坂本正彦 無事「金婚式」を終えました。「よく持ったものだ」と言いましたら、敵も「私もまったく同じです」と言われました。

内海基二 家内の誕生祝有難うございました。素敵なおバラです。

## ふれあいの場

### ○会長報告

- ・ グルメ会、親睦委員のご努力のお陰で、盛大に開催できました。こういった夜の懇親もさらに発展させていければと思っています。
- ・ 本日のメニューは、クラブフォーラムのご意見を反映させて、えびのトロビールソースです。感想お聞かせください。
- ・ 年次総会、地区大会の参加パンフレット、クリスマス例会のご案内をさせていただいております。ご参加よろしくお祈いします。

今月はロータリー財団月間です。ロータリー財団への寄付をお願いします。年次寄付は、カンボジア支援の基になっていますし、ポリオプラスは、ポリオを撲滅のためですので、よろしくお祈いします。

#### ・親睦委員会より - 木村委員長

グルメ会にご参加いただいた皆様、ありがとうございました。クリスマス例会の案内がポストに投函されていたと思います。締め切りが 12 月 5 日までですので、早めにお申込をお願いします。お子様やお孫様にはプレゼントも用意させていただきますので、お申込の際に年齢・性別等もお知らせください。

プレザンツ委員会より 長野委員長

## 次回例会の予定

次週 12 月 12 日(火)の卓話は、カンボジア並びにアンコール遺跡に関するビデオの上映を行います。



### ロータリークラブ

区虎ノ門1-1-20 虎ノ門実業会館3F

/ FAX 03-3502-7802

URL:<http://www.shimbashi-rc.jp/>

幹事 高橋秀一郎

三 委員 上田啓子 関 隆利 由井伯秀 村上義弘