

MORIOKA-NORTH RC 2024-25 weekly

RI会長=ステファニーA アーチック
R第2520地区ガバナー・佐藤 剛
盛岡北RC会長・二宮一見
盛岡北RC幹事・山地信行
クラブ運営委員長：吉田祐一

■事務所・020-0878 盛岡市肴町4-20永卯ビル2F TEL(019)623-6626 FAX(019)623-3664 ■例会日・水曜日12時30分ニューウイング11F

第28回例会 2025年02月12日(水) 曇 No.3138 ●ソング=「私たちの生業」 進行：SAA 田村清記

卓話

ゲストスピーカー 松村諭様
紹介 佐々木政聡会員



ゲストスピーカー 松村 諭様



ゲストスピーカー紹介 佐々木政聡会員

今回このような機会をいただき誠にありがとうございます。深く感謝します。

25歳の時、東京からUターンして今年で50年になります。仕事は主にヨガ教室を主宰して、45年になります。体を柔軟にするヨガはとても気持ちがよくて、老化を遅らせるので、今も毎日レッスンをやっております。ヨガはあの太谷翔平も心酔する中村天風先生の「天風会」で学びました。超高齢社会の日本にとって「心身統一法」は、勉力的なものと確信しております。今日はそのお話を少しさせていただきます。どうぞ宜しくお願いします。

令和7年2月12日

松村 諭(まつむら さとる)氏
株式会社マツムラ健康館 代表取締役
ロイヤルヨーガセンター(爆笑また爆笑 健康講演会講師)

日報論壇
R7.1.9
健康習慣 意識高め
松村 諭



## ■会長報告■

皆さん、こんにちは。本日も例会にご出席いただき、ありがとうございます。

先週の木曜日、ちょっと嬉しいことがあり、妻と二人でお寿司屋さんに。白子や筍など旬のものを堪能しました。妻が「イカ刺しが食べたい」と言うので注文し、私も少しだけお裾分けをいただきました。満足して気持ちよく帰宅し、その後就寝。ところが翌朝4時頃、激しい胃痛で目が覚めました。これはもしや…と思ひ、朝一番で赤坂病院を受診。すぐに胃カメラをやっていたいただいたところ、やっぱりいました。3cmのアニ

サキスを取っていただきました。これで私のアニサキス歴は2回目。1回目は約30年前で、やはりお寿司屋さんの後でした。連休だったこともあり、4日間胃の中で飼っていました。妻も1回、息子も2回経験しています。どうやら我が家はアニサキスとご縁があるようです。イカは怖いですね。とくに新鮮なイカを召し上がる際は、皆さんもご注意ください。以上、全くな個人的な事件報告でした。それでは、本日もよろしくお願ひいたします。

## ■幹事報告■

### 1. 2520地区 職業奉仕委員会セミナー

～ 講演「職業倫理と禅」と座禅体験のご案内 ～  
日時 3月28日(金) 13:00～16:00  
場所 正法寺(しょうぼうじ) 奥州市水沢黒石町  
会費 3,000円  
定員 50名先着順  
締切 2月26日 事務局まで

### 2. 来週は夜例会・クラブ協議会です

出欠の返事がまだの方は本日、事務局までお願いします。

## ■ゲスト・ビジター■

ゲストスピーカー 松村諭様  
ビジター 盛岡RC 松澤一美様

## ■メーカーキャップ■

鳶田洋一会員(1/24 盛岡RC)

## SMILE

☆二宮一見会長…会員の皆さんの健康  
をご祈念してスマイルします。松村さ  
んの卓話、楽しみにしていました。

☆山地信行会員…今日は早めに失礼しますので、お詫  
びの気持ちを込めてスマイルします。

☆吉田祐一会員…我が先輩の松村さんの卓話にスマイ  
ルします。

☆岩井澤昭一会員…今日も皆様にお会いできて大変う  
れしいので、スマイルします。

☆海野講榮会員…松村先生の卓話にスマイルします。

☆藤澤大祐会員…松村先生のご来訪と卓話を歓迎して  
スマイルします。

☆菊地克昌会員…休みがちでしたが久々に出席できま  
したので、スマイルします。

☆佐々木政聡会員…松村先生、本日は卓話を引き受け  
て下さり誠にありがとうございます。

④ ④ ④ ④

会員数	34名
出席数	19名
出席率	59.38%
前々回修正出席率	53.13%