



## 弘前アップルRC週報

ロータリー：  
変化をもたらす

国際ロータリー第2830地区  
弘前アップルロータリークラブ  
創立：2012年6月1日



事務局 & 例会場  
〒036-8086 弘前市田園1-12-1 iAネットワーク棟内  
TEL : 0172-27-1333 FAX : 0172-27-1245

例会：毎週水曜日 19:00 ~ 20:00

会長：木村 由美 幹事：澁谷 明広

### 2017.07.05(水) 第199回移動例会

会場：報恩寺本堂

- ◆ 開会
- ◆ 4つのテスト 福澤 稔 会員
- ◆ ゲスト紹介 細川 勝也 様  
(弘前ロータリークラブ  
西第2グループガバナー補佐)
- ◆ 握手タイム
- ◆ アピールタイム
- ◆ プログラム 境 江利子 会員  
「あんよ・せらびー」
- ◆ 閉会
- ◆ 例会終了後、EAT & TALK にて境会員入会歓迎会



### ゲストスピーチ

・細川 勝也 様 (弘前ロータリークラブ  
西第2グループガバナー補佐)

皆さん、こんばんは。今日お邪魔したのは他でも無く、19日水曜日の例会に佐々木千佳子ガバナーが公式訪問でいらっしゃいます。私も同行しますが、クラブの皆さんで歓迎致しましょう。

前年度の福澤ガバナー補佐から引き継ぎまして、私、弘前RCの細川が今年度ガバナー補佐を務めさせていただきます。1年間よろしくお願い致します。

### アピールタイム

・福澤 稔 会員

今日の午後2時半頃から青森大学で「じよっぱり経済学」の講師として、学生約60名の前で、「巨大アップルパイについて」というテーマで講義しました。

当初は緊張するものと思われましたが、巨大アップルパイに携わっている女子学生さんが数名出席していたので気分的に楽に講義することが出来ました。

### プログラム

・境 江利子 会員 「あんよ・せらびー」

2017-2018年度の第1例会は、弘前市の報恩寺本堂を会場として境江利子会員による「あんよ・せらびー」が開催されました。

小さな子どもからお年寄りまで、病気の予防や癒しとして役に立ちたいとの思いから「あんよ・せらびー」という全部平仮名の名前を付けたそうで、参加者全員の足を順に揉みながら、足のツボ等についての説明がされました。

親指は頭のツボ、人差し指・中指は目のツボ、薬指は耳回り、小指は肘や肩、人差し指から小指にかけての付け根の下は右足が肝臓、左足が心臓、踝回り・踵周りは腰回りに効くそうです。

その後、足裏だけでなく脛や膝裏のマッサージの仕方、様々なエクササイズを行い、心地良い汗を流しました。



### 会長の言葉

素晴らしい移動例会でした。境さん本当にありがとうございます。これから1年間、不束者ではございますが、どうぞ皆様のご協力お願い致します。

#### 出席報告

- ◆ 会員数 31名
- ◆ 出席者 10名