

Weekly Report

■会務報告 阿部公夫 幹事

- 1) 帯広南RC、1月1日(月)の例会は祝日のため休会と致します
- 2) 帯広南RC、1月8日(月)の例会は祝日のため休会と致します
- 3) 帯広南RC、新年交礼会開催のご案内
日 時 平成30年1月9日(火) 午後6時30分
場 所 北海道ホテル
※アルコールがでますので、飲まれる方は、運転をお控えください
※尚、1月15日(月)の繰上げ例会と致します



■ニコニコ献金 佐伯大輔 会員

小林 千修 会員：55回目の結婚記念と80歳の誕生祝い誠にありがとうございます 今後もがんばります。



鈴木 恵子 会員：年末集会楽しませて頂きありがとうございました。孫たちも大喜びでした。

■プログラム

小田桐秀敏 プログラム委員長
本日ゲストは「脳活マッサージ～いきいきメイク」と題して上田優香様をお願いします。



コスメコンシェルジュ&スキンケアアドバイザー
ディジー 上田優香様
「脳もお肌も美しく～脳活マッサージ～」

私は札幌でエステサロンを開いております。ノエビア化粧品の販売とお客様にエステの施術、ネイルケアの仕事をさせていただいております。一昨年にはコスメコンシェルジュという化粧品の資格を取らせていただき、化粧品をお客様の肌に合ったものを選ぶのが日々の仕事となっています。本日は女性だけでなく男性も興味を持っていただけるような脳活マッサージというマッサージ法を説明して一緒に手を動かして頂きながら体験して頂けるといいと思います。

顔のマッサージをすることによって血流を促す認知機能の改善につながります。

美容の知識をもっていかに社会貢献していくか役に立てるかももちろん女性が美しくいるという事は男性にとっても女性が美しくいるということは元気も元になります。

家庭の中で「お母さんがきれい」「奥様がきれい」という事はご主人にとってもお子さまにとっても楽しく過ごせる活力になるのではないかと思います。ノエビア化粧品では美容の予防や改善を化粧品づくりやマッサージの仕方など日々研究しています。今では脳科学とか神経科学の分野まで研究が及んでいまして脳とか神経細胞活性化する化粧品も作られている時代です。きれいになる為のマッサージは毎日ではできません。

■メイクアップは欠席した当日の前後14日以内 ■例会欠席の場合はSAA又は幹事まで連絡お願い致します

例会案内

月曜日 広尾RC：ホテルむらかみ (12:15)
火曜日 芽室RC：めむろーど3Fレファレンスルーム (12:15) 帯広東RC：ホテル日航ノースランド帯広
水曜日 帯広RC：ホテル日航ノースランド帯広 上士幌RC：上士幌町商工会館 (12:10) 音更RC：パピオ木野2Fエッセイホール
木曜日 足寄RC：足寄銀河ホール2F会議室 (18:30) 清水RC：清水町中央公民館 帯広西RC：北海道ホテル
金曜日 帯広北RC：ホテル日航ノースランド帯広

お肌をきれいに保ち若々しく健やかに保つための新陳代謝を促しきれいを保つためのスムーズにサポートするマッサージになってきます。認知機能を高める、認知予防となるマッサージとなりますと興味をわきませませんか？ マッサージをすることによって認知機能が向上し、さらにQOL生活の質の向上がみられるということでノエビア化粧品は脳血流を大きく変動するマッサージをすることで高齢女性で1ヶ月間マッサージを継続した結果、血流の上昇や心拍数の神経が活性化する結果が生まれて心理状態が改善するQOLが向上するという結果を発表しております。テレビでやっていましたがエステに行く事も認知機能を防ぐのに役立ちます。前日のわくわく感、スタッフと会話する、きれいになることで認知機能の予防につながり進行が抑えられる。お医者さんの見解の中でも美容はただきれいになるだけでなく、脳や心にも働きかけてさらに脳を活性化する事によって認知機能の改善にもつながっていくということがわかってきています。

さっそくみなさんとマッサージの方法をやってみましょう。

1. 軽い握りこぶしで、スライドするようにマッサージ
①頬骨の下 ②口の横 ③下あごの上
①②③を3セット
2. ①手のひらで頬全体を大きく円を描くように3回さすり、
②あご先からこめかみにむかってらせんを3回描いて、こめかみをプッシュ。
①②の順に3セット。
3. 指の腹を使ってリズムカルにたたきます
ゆっくり→速く→ゆっくり→速く→ゆっくりを繰り返します
4. 顔の中央から外方向に手のひらを額→鼻→口の順に滑らせます。
その後、指先を使って同じように額→まぶた→鼻→口の順に滑らせます。(2セット)



DISTRICT 2500 JAPAN THE ROTARY CLUB OG OBIHIRO SOUTH
Weekly Report

会報

第2500地区第6分区分・帯広南ロータリークラブ

12

2017 December

第1209回例会
2017.12.18

ROTARY: MAKING A DIFFERENCE

2017-2018年度国際ロータリーテーマ
ロータリー：変化をもたらす
2017-2018年度 RI会長
イアン H.S. ライズリー

2017年12月
疾病予防と治療月間

コスメコンシェルジュ&スキンケアアドバイザー ディジー 上田優香様

◆四つのテスト◆

- 1 真実かどうか
- 2 みんなに公平か
- 3 好意と友情を深めるか
- 4 みんなのためになるかどうか

会長方針

■会長挨拶

毎日寒い日が続きますが皆さん体に十分気を付けて下さい。年末ですから元気な体でいいお正月を迎えたいと思います。先日、十勝更生保護監察会がありまして「犯罪をなくすためにはどうしたらいいか」と講演がありました。今は犯罪者の再犯率が非常に高いそうでどうしたら犯罪をなくすることができるか。帯広刑務所の場合は窃盗と薬が主で重い人がはいってはいないので出所する人もかなりいますが働く場所がない、8割が再犯し戻ってくるそうで善良な皆さんに迷惑をかけて帰ってくるわけですので再犯を何としても少なくしたいと就職口を探しています。刑務所も受刑者のために専用の職業訓練所がありいろんな資格を習得しているそうで電気工事士・車の整備士・溶接関係・建設車両は大型・小型・クレーン・フォークリフト・玉掛と忙しいときは助けてもらえる資格を持っているそうです。そんな資格を持っている人をどうしたらわかるかですが、コレワークというのがあり、ハローワークで更生した人をコレワークで紹介を聞かないと解らないそうです。ハローワークでも情報はあっても紹介はなかなかなので、でもそういう人たちは真面目に働くそうです。

出村行敬 会長

RI2500地区
帯広南ロータリークラブ
創立平成2年4月23日

会 長	出村 行敬
副 会 長	杉山 玉夫
副 会 長	佐藤 淳一
幹 事	阿部 公夫
会 計	進藤 直哉
S A A	岩原 道直
広報・クラブ会報委員長	高橋 勝実
広報・クラブ会報副委員長	山崎 泉
委 員	大玉 公輝
	明口 隆光

ホームページが新しくなりました
<http://www.obihironami-rc.com>

- 例会日/月曜日 12:30~13:30
- 例会場/北海道ホテル 帯広市西7条南19丁目 ・ 0155-21-0001
- 事務所/ 帯広経済センタービル4F ・ 0155-25-7347 ・ 0155-28-6033

■出席状況報告

6月平均出席率 82.9%

■ニコニコ献金

12月18日 10,000円 累計 386,000円

■2500地区2017年 6月 平均出席率 81.2%

■帯広5RCクラブ出席率 6月

帯 広 R C	77.3%	帯広東 R C	82.5%
帯広北 R C	76.0%	帯広西 R C	84.6%
帯広南 R C	82.9%		