



高山西ロータリークラブ

No. 2241 回 例会 平成 24 年 1 月 13 日

お祝い・会計中間報告・会員スピーチ

# 例会報告

第 2630 地区 岐阜県 濃飛分区 創立 1966 年 1 月 15 日

- 例会日 毎週金曜日 12:30~13:30
- 例会場 高山市花里町 3-33-3 TEL 34-3988
- 会長 斎藤 章
- 幹事 井辺 一章
- 会報委員長 伊藤 松寿
- 大垣共立銀行 高山支店 4 F



「2012 HAPPY NEW YEAR」 蜘蛛 康介

## <会長の時間>

「達磨易筋経」

〜万病を治す腕振り運動 2000 年以上前の王様の墳墓にあった〜



### 1. 腕振り療法の行い方

腕振り療法は香港から伝来したもので、心臓病に対しても非常に効果があるが、継続してやり抜くことが大事である。この療法には十分な合理的根拠がある。手を振るときは、身体を直立させ、足はしっかりと大地をつかまえていなければならない。

足と足の間隔は肩の幅とし、両肩は一緒に前または後に降り、後に振るときは少し力を入れ、前に振るときは力を入れず、反動で戻って来るようにし、両肩は真直ぐに伸ばし、曲げるのはよくない。目は真直ぐ前方を見、心に邪念を抱かず、黙って数を数え、はじめは、2、300 回振り、徐々に増やし 14 回から 24 回余り・約 30 分行なう。

(または「南無阿彌陀仏」の六字を心に念じるのも心を静かにするのに効果がある。)

### 2. 腕振り療法の概要

腕振り運動は、体を健康にする上で非常に効果のある運動で、最近この鍛錬に参加する人はますます増加し、沢山の不治の症状がすべて治り、その効果は人を驚かせ信じ難いものがあった。腕振りには会得し易く効果は早く、あらゆる慢性の病気は殆んど治る。如何なる病気も、固定したまま変らないものでは決してない。ポイントは永く続けることにある。

### 3. 腕振りの原典

腕振りの原名は「達磨易筋経」12 巻で、非常に有名で数多くの書物が言及していたが、早くから失われ、最近になって発見されたもので、中国医学中、最も貴い民族文化遺産の一つである。ただ惜しむらくは、多くの人の理解するには、やや難しい恨みがある。

### 4. 腕振りの特点

「上謙下実」(身体の上半身を空虚にし、下はしんん充実させる)は動作が穏やかで、精神を集中して両腕を振ることによって、上半身が緊張し下半身が弛んでいる体質を、下半身を緊張させ、上半身を軽やかにする体質に変え、疾病を自ら去らせることが出来る。

### 5. 腕振りの 16 の秘訣

上を虚しく、下を充実させ、頭は、ふわりと、口は軽く歯を合せ、胸はゆるやかに背は力を抜き、腰は軸とし、上腕は振り動かし、肘は引き落とし、両腕は揃え、手の平は空を切るように、腹はどっしり

と、股は力をゆるめ、肛門は上にあげるようにし、踵は静に平におき、足うらは地面をつかむようにするのがよい。

### 6. 反応作用の問題 (副作用)

針灸、按摩には、反応作用があるが、腕振りの後は一その反応作用がある。この反応作用は、こもった気と血に変化が生じたのであって、作用のきまったものとしては、胸と腹が軽くなり、脚に熱を生じ、おくび、おならが出、だるかったり、しびれたり、熱かったり、冷かったり、虫が動いたり、半々である。

悪い所に反応が現われるのは、すべて正常で、効いているのである。問題はただ中断せず、最後までやりとおすことで、これ等の反応作用は体質改善上何等問題はない。

### 7. 腕振りは何故病を治せるのか

人体内において最も平衡を保たなければならないのは何であるか、中国医学では、それは「気と血」であるとしている。「気血」に問題があると、百病が生じるのである。病気が多いと、量から質が変化し衰える。之に反し「気血」が流通していると万病は自ら去るのである。

この原理に基づき腕振りは根本から「気血」を改変し体質を改造し、身心と気血が平衡し、万病は自ら消滅することとなるのである。

### 8. 腕振りで癌病は治る

△. 毎日午前 2,000 回、午後 2,000 回、夜 2,000 回連続 5 ヶ月の腕振りで肺癌を消滅させ得た。

△. 関節炎で大便のあと出血、同時に食道癌を病んだが腕振り後、両方とも快くなり食道癌も日を逐って消滅し状況は改善された。

△. 頸部リンパ腺癌…毎日 1,000 回の腕振りで胃が大きくなり、淋巴瘤は逐次消滅した。

△. 腕振り 5、6 ヶ月で半身不随および肺癌を治すことが出来た。

癌とはそもそも何なのか? 癌と瘤とは共に気血の塊ったもので、経絡がつまって通じない結果、吐き出された「废物」である。血液の循環が緩慢となり、質が重く、リンパ、粘液、胞汁等が変化し、また血液の活動力、効力が不足し、熱量が不足し、これ等の废物が排出されず、消化されないため出来たものである。

腕振りをした後は、胃が活動し、新しい血が増え、肩胛が力を得、上半身の負担(力みと硬化)が解け、腹部の横隔膜は、腕振りの上下運動によって腸と胃の間に強靱な気を生じさせ、胃との間には気が動き興奮と抑制の作用を起させる。

また血液は熱量を生じ、古いものを吐き出し、新しいものを吸収し、気を補充し血を増やすのである。

こころの中を見つめよう 博愛を広げるために

# 例会報告

## ＜幹事報告＞

### ◎地区代表幹事より

- ・2011年国際ロータリー第2630地区  
報告書の送付について

### ◎ガバナーより

- ・東日本大震災義援金についてのお知らせ  
昨年度ガバナー会へ送金された義援金の内、1/2にあたる額が地区へ返還され、本年度の義援金と併せた額を被災地区のガバナーへ直接送金。残りの約1/2の額については「東日本大震災支援委員会(ロータリー希望の風奨学金)」積み立てる

### ◎ガバナーエレクトより

- ・国際大会参加ツアー募集案内について  
期間 5月 5日(土)～9日(水)の5日間  
旅行代金 178,000円  
(2名1室利用、日本人朝食会、Japan Night Party 料金含)  
別途費用 中部・バンコク空港税 計4,600円、  
燃料サーチャージ16,800円(1月現在)  
大会登録 ～3月1日 US\$195、3月1日～ US\$245  
登録代行料 3,150円  
申込締切 2月17日(金)までに事務局まで

### ◎高山市ワトミバレーボール選手会、高山市体育指導委員会より

- ・第57回西ヶ刈杯争奪高山市ワトミバレーボール大会について  
日時 3月11日(日) 午前9時より  
会場 飛騨高山ビックアリーナ

### ◎日本ロータリー親睦ゴルフ全国大会実行委員長より

- ・日本ロータリー親睦ゴルフ全国大会第23回沖縄大会のご案内  
大会日時 3月12日(月)午前8時スタート  
大会会場 琉球ゴルフ倶楽部  
〒901-0608 沖縄県南城市玉城親慶原1  
TEL: (098) 948-2460 FAX: (098) 949-7573  
参加資格 全国のロータリアン及び配偶者ならびにゲスト  
競技方法 18ホールストロークレイ(新ペリア方式、最多打ち切り  
数はパーに3を付加)で下記3部門にて  
●レディースの部  
●シニアの部(65才以上) 大会当日年令  
●一般の部(65才未満) ”  
登録費 15,000円(賞品代、懇親会費、通信費ほか)  
\*但し、ご夫婦ペアでご参加される場合は、  
お二人で27,000円となります。  
プレー費 15,000円 ※カード使用可(各自ご精算下さい)  
参加申込 2月10日(金)まで

### ◎ぎふ清流国体高山市実行委員会より

- ・ぎふ清流国体スキー競技会1か月前レモンの開催について(案内)  
日時 1月14日(土) 13:30～  
会場 飛騨・世界生活文化センター ふれあい広場  
内容 中学生製作ののぼり旗贈呈式、氷のかけ像除幕式、  
アトラクション(ミナモダンス手筒花火)

### ◎玉蘭荘および関係各位より

- ・新年の挨拶状、年賀状 拝受

### ◎高山市民憲章推進協議会より

- ・平成24年度 花の種・苗の申し込みについて(ご案内)

### ◎高山市社会福祉協議会より

- ・23年度高山市社会福祉協議会第3回評議員会結果報告について

### ◎中日新聞社文化事業部より

- ・「第43回日展東海展」宣伝協力のお祝いおよび前売りチケットご案内  
日時 1月25日(水)～2月12日(日) 10:00～18:00  
場所 愛知県美術館ギャラリー  
名古屋市東区東桜 愛知芸術文化センター8F  
入場料 一般1,000円(800円)、高大生700円(500円)、  
小中生400円(200円)  
( )内は前売り・団体、20名以上の団体料金  
割引場券 20枚以上の申込の場合前売り料金の10%割引  
あつせん期間 1月20日(金)までに事務局まで

### ◎光記念館より

- ・冬季休館のお知らせ 期間 12月13日(火)～2月25日(土)

### ＜例会変更＞

高山中央 …2月 6日(月)は、節分例会ため18:40～山陣に変更

### ＜受贈誌＞

伊勢RC(60周年記念誌)Rotary International(ロータリージャーナル1月号)、  
台北東海RC(会報)、不破RC(会報)、不破の関RC(会報)、  
社団法人高山市文化協会(広報高山の文化)、高山市民憲章推進協議会(花の都ぎふだより)

## ＜出席報告＞

区分	出席	Make-Up	出席者数	会員数	出席率
前々回	38名	9名	47名	47名	100.00%
本日	33名	—	33名	45名	73.33%

## 会計中間報告



### 会計 小森文一

収入の部では、年会費、入会金を心配しましたが、会員増強をして頂いたお陰で、計画以上の収入をして頂き感謝いたしています。  
支出の部では、特に問題はなく健全財政で推移出来そうです。予備費の支出は東日本震災、台風12号の被災者への義捐金ですが、100万\$の食事の差額に振り返る事に成っています。下期も引き続き会員増強をお願い致します。

# 例会報告

## ＜本日のプログラム＞ お祝い

### ◎会員誕生日



新田 敬義	1. 19	井辺 一章	1. 3
古橋 直彦	1. 9	米澤 久二	1. 10
蜘蛛 康介	1. 31		

### ◎夫人誕生日



田中 武	文子 さん	1. 6
鍋島 勝雄	正子 さん	1. 2(当日欠席)
垂井 政機	道子 さん	1. 18
米澤 久二	智子 さん	1. 25
門前庄次郎	真理子さん	1. 29
堺 和信	淳子 さん	1. 16(当日欠席)
河尻 浩次	文緒 さん	1. 24
垣内 秀文	優子 さん	1. 18(当日欠席)

### ◎結婚記念日

小田 博司  
S48. 1. 13

伊藤 松寿(当日欠席)  
S47. 1. 11



### ◎出席表彰



阪下 六代 23年



内田 幸洋 11年

門前 庄次郎 5年  
小田 博司 5年



### ◎在籍周年記念表彰

なし

### ◎3ヶ月表彰

・内田 幸洋	・小田 博司	・河渡 正暁	・斎藤 章
・堺 和信	・阪下 六代	・寺田 昌平	・鍋島 勝雄
・門前庄次郎	・脇本 敏雄		

### 新会員スピーチ

下屋 勝比古



あけましておめでとうございます。  
さて、このたび小学校時代から柔道の先輩であります遠藤隆浩さんから、大変熱心にお誘いしていただき、

入会させていただきました下屋勝比古です。

私は、1964年生まれの辰年、今年の4月で48歳になります。地元南小学校・松倉中学校・斐太高校を卒業後、京都府南丹市にある明治国際医療大学というはり・きゅうの専門大学にすすみ現在の資格を取得しました。ほかには柔道整復師の資格を取っています。

大学を無事卒業して、愛知県日進市の愛知国際病院東洋医学・医療科に勤務しました。

その病院長の「川原啓美」先生は、中学英語の教科書にも取り上げられた方で、100歳の現役医師「日野原重明先生」を目標としておられる大変穏やかなかたです。

病院ではリハビリなどの技術はもちろん、アジア地域の保健医療が十分でない地域の草の根ワーカーたちに「自立のための分かち合い」を目指して『アジア保健研修所』を併設しており、ボランティアや奉仕する気持ちを学びました。そこで妻と知り合いましたが、ここでの精神が現在私の生き方に強い影響を与えています。

こころの中を見つめよう 博愛を広めるために

# 例会報告

趣味の格闘技は、「でてこいや〜」の高田延彦に似ているとよく言われますが、柔道を小学1年生から高山道場で柔道一筋に修業をして、大学まで柔道部に所属しました。現在は講道館柔道5段です。練習だけは熱心で新年初稽古は欠かしていません。しばらく斐太高校や松倉中のコーチを務め東海大会までは進みました。国技相撲も大好きで、20代は大相撲の部屋に数日居候したことがありました。ここ20年は昨年11月に急逝した元おしん横綱隆の里の鳴戸親方とお付き合いさせていただき、9日も本場所で大関稀勢の里を応援してきました。鳴戸親方は、大変な人格者でいろいろとお話をさせていただきました。昨年の騒ぎの中も私に丁寧なお手紙をいただいたのが、宝物になりました。弟子の稀勢の里が横綱になるのを祈って応援しています。けいこ場見学をしているうちにやってみたくなり、10年近く岐阜県民体育大会相撲競技に出場し、普及活動として保育園巡業?に出かけたりしています。

多くの先輩や仲間を支えられて、高山で仕事をさせていただいていますが、高山で開業して3年が過ぎたころ、脳腫瘍が見つかり手術をしました。良性とはわかっていながらもさすがに、人生あれこれ考えました。自分は悲しいと落ち込みましたが、まわりの世の中は普通に時間が動いて生活していて、「落ち込むな!きっと復活してやるぞ、後ろ向きや下向きでは歩きにくいから、前を向いて邁進しよう!」と今もどンドンやりたいことをやっています。来月に迫った、ぎふ清流国体の選手サポートや会場での救護活動や、7月のロンドンオリンピック出場権をつかんで、わがボート選手たちとともに、金メダルの栄冠と夢をつかみたい。

どうかこれからも、よろしく願いいたします。

## <ニコニコボックス>

### ●斎藤 章さん

①1/7の新年家族例会、成功裡の内に終える事が出来ました。親睦委員の皆様ありがとうございました。

②本日の会員スピーチ、下屋さん宜しく願い申し上げます。

### ●井辺 一章さん

朝から雪が降り、本格的な冬に入りました。先日1月7日の新年家族例会には御指名ご利用ありがとうございました。親睦委員の堀川さんはじめ皆さんありがとうございました。

### ●米澤 久二さん

楽しい新年会、堀川委員長はじめ親睦委員の皆様お疲れさまでした。また、委員会の皆様には厳しい稽古をつけていただきありがとうございました。やっとで正月を迎える事が出来ました。

### ●鍋島 勝雄さん

先日の新年家族例会にて乾杯のあいさつをさせていただいた上に、新年早々幸運の神がやって来ました。近日中に宝生閣さんへ行って来ます。しかし今回幸せを使い果たした様な気がします。また家内の誕生祝いありがとうございました。

### ●小森 丈一さん

①新年例会には、思いもよらぬ喜寿のお祝いをしていただき、記念品を頂戴しありがとうございました。

②今年度の会計の遂行状況は会員増強のお陰で良好に推移しています。会員増強にご努力いただきありがとうございます。

### ●田近 毅さん

この度古来稀な人間の仲間入りをしたという事でお祝いをして頂きありがとうございました。人生で言えば、春・夏・秋・冬のうちの冬に属します。これからは静かな余生を楽しみたいと思います。新年例会で妻が祝儀舞踊を踊らせていただきました。ありがとうございました。

### ●脇本 敏雄さん

クラブより古稀のお祝いをいただきありがとうございました。今日までの健康に感謝します。

### ●野戸 守さん、平 義孝さん、小田 博司さん

7日の新年家族例会は、親睦委員会の皆さん大変ご苦勞様でした。楽しかったです。

### ●東 庄豪さん

新年家族例会お疲れ様でした。家内も楽しんでくれました。ロータリーに理解を示してくれました。料理大変おいしくいただきました。

### ●堀川 和士さん、河尻 浩次さん

親睦委員会の最大のイベント、新年家族例会も結果はどうあれ会員皆様のご協力により、楽しみながら終了する事が出来ました。親睦委員会一同、御礼申しあげます。ところで景品の抽選発表、今朝の新聞でした。8千万円当たの方はみえませんか?1万円以上当たの方はニコニコへ。

### ●田中 正躬さん

先日の新年会、親睦委員の皆様楽しい時間をありがとうございました。今日ニコニコの受付に来ましたら、行方不明になっていたペンが箱に入っていました。重ねて嬉しかったので。

### ●挟土 貞吉さん

皆さん、あけましておめでとございます。先日7日の新年宴会、左官組合の互礼会で欠席しましたので。

### ●堀手 康介さん

あけましておめでとございます。今年もよろしく願います。

### ●山下 明さん

2年ぶりの例会です。楽しみにしています。