



# 岐阜北週報

10月 職業奉仕月間

□ 題 字	岡田 一二三	□ 会 長	岡田 一二三	
□ 例 会	毎週水曜	□ 副会長	安藤 武司	2014-2015
□ 会 場	岐阜都ホテル	□ 幹 事	谷田 育子	No.1556
		会報委員長	辻 博	14.10.1発行

前回の記録	本日の予定	次回の予定
第1555回例会 9/24(水) 早朝例会 (AM7:00~) 場所:長良川カントリークラブ 100万\$ 担当:プログラム委員会	第1556回例会 10/1(水) 慶祝行事 クラブフォーラム(4) 担当:職業奉仕委員会	第1557回例会 10/11(土) 氷見R. C. との合同観月例会 (8日繰り下げ) 11~12日氷見 担当:親睦交流委員会

## 会長挨拶



皆さん、おはよう御座います。

本日は、長良川カントリークラブでの早朝例会です。本日、ヨガ体操の指導をして戴きます、林弘美先生です。この業界では、有名な方でいらっしゃる。岐阜、愛知を中心に活躍されています。

皆さんも仕事で疲れた時にこれから行うストレッチ体操に似たヨガ体操をしたり、姿勢を正して軽く目を閉じてゆっくりと吸う、吐くの深呼吸をする！これだけで気分が良くなり身体がすっきりしてきます。是非、実行してみてください。

今日は、早朝例会で、ゴルフをする為の例会ですのでこの後、ゴルフをする方は、多いに楽しんで下さい。

## 出席報告

会員数:34名  
 出席数:19/34名  
 出席率:55.88%  
 欠席者:15名(出席免除7名 76.47%)  
 来訪者:名古屋中日文化センター講師  
 林弘美様

## 幹事報告事項

来週10月1日は職業奉仕委員会によるクラブフォーラムです。

## 例会行事

林弘美様より「ヨガ」談義をうけて30分「ヨガ」の指導を受けながら健康管理の基を瞑想に耽る。



## 例会行事 続き



その後、全員朝食取り流れ解散となるが一部（二組）ゴルフを楽しんだ。



<朝食>

## 次回例会のご案内

第1557回 例会 10月11日（土）  
氷見R. C. との合同観月例会  
（8日繰り下げ）11～12日氷見

担当者：親睦交流委員会

会報・広報 9月担当 片桐 順一郎