

国際ロータリーのテーマ  
奉仕しよう みんなの人生を豊かにするために  
会長 シェカール・メータ

クラブのテーマ  
奉仕と親睦で笑顔と感謝の輪を広げよう  
会長 寄森 亘

第2750地区のテーマ  
奉仕の心でつながろう  
地域と世界と  
ガバナー 三浦 真一

2021年9月16日 第2544回 リモート例会プログラム

12:30 開会点鐘 寄森会長  
ロータリーソング  
ソングリーダー 馬場会員・安居会員  
「手に手つないで」「四つのテスト」  
ビジター・ゲストの紹介 親睦委員会  
会長報告 寄森会長  
幹事報告 三田幹事  
委員会報告

記念日祝い  
ニコニコ・ボックス  
ピアノ演奏 川上路子  
卓話  
2022年に向けて変化する投資環境動向  
日興アセットマネジメント(株) 森口雅文氏  
13:30 閉会点鐘 寄森会長

## 会長 報告

- ・昨日迄3日間札幌出張でした。ゴルフ場にも行きましたが、地元の29組の盛大なコンペも入っており凄い込み具合で HALF3時間近くかかりました。コロナ渦でのゴルフ人気はどこに行っても共通で、密を避けるためのゴルフになっているようです。また、早くも山間は少し紅葉が混じり秋の気配を感じました。北海道も緊急事態宣言下で東京よりもルールを守っている飲食店が多いなと感じられ、夜食に有名なラーメン店でも行きたいと考えておりましたが、20時閉店でした。私もノンアルコール生活に慣れてきたように思います。
- ・先週のフレイル(虚弱な状態)サルコペニア(筋力低下)を予防する動画をメールにては送信させていただきました。指先、足裏、目は、特に脳と密接な関係で連携しています。私が経営しているジムでも脳が覚えるまで同じ動作を1万回以上練習するよう選手には指導しています。相手の対応に無意識で反応できる脳になるまで反復練習しなければチャンピオンにはなれません。毎日足踏み、指・顔の運動をして頂き、健康寿命を延ばして行きましょう。
- ・本日の卓話は、SMBC日興証券自由が丘支店長 小林さおり会員ご紹介で、「2022年に向けて変化する投資環境動向」と題し日興アセットマネジメント株式会社 森口雅文氏にお願いしました。今後の参考になりますのでZOOMにてお楽しみください。

## 幹事 報告

- 先週から引き続き「We are one」メッセージポスター活用のお願いです。  
地域掲示板、クラブ会員関連する施設への掲示、公共イメージ会員増強に活用くださいとのことです。  
必要な方は事務局まで問い合わせください。(2部ございます)

- 世界ポリオデーウォークラリーについて  
メールで皆さんにお送りしておりますがご参加ご希望の方は10月7日(木)締め切り  
ですので事務局までご連絡をお願いいたします。



- 成城RC創立50周年記念例会が縮小して行われるようです。
- ハイライトよねやまをメールで配信しておりますのでご覧ください。
- 目黒区手をつなぐ親の会より毎年12月に行われている  
「めぐろふれあいフェスティバル」中止との事です。

### ●コロナ禍での新生活スタイル

#### 【注意事項】

- ※会話をする時は必ずマスク着用
- ※食事前は、手を消毒し、食事中はいつさい話をしないで食べる
- ※距離を置いて座る

## 記念日のお祝い

### 会員誕生日

9月17日 竹内会員  
9月20日 羽原会員

### 結婚記念日

9月27日 羽田会員

## ピアノ演奏 川上路子さん

ハーバーマン作曲 曲名 アンジェリーナ

## 卓 話

### 2022年に向けて変化する投資環境動向

日興アセットマネジメント(株)

資産運用サポート推進部 戦略担当

森口雅文氏

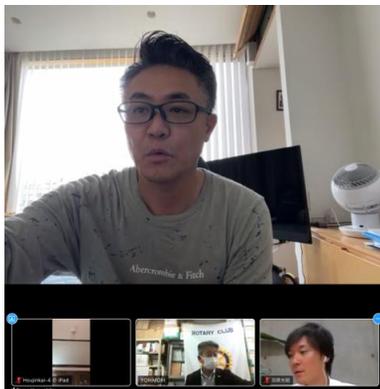
出席記録	会員数	出席数	出席免除者	出席率	メーキャップ補正
9月9日	総数 33名	出席 33 名	出席0名/0名	100%	

「先週のビジター・ゲストのご紹介」

ニコニコBOX

■ 寄森会長  
先週は花谷先生卓話ありがとうございました。  
コロナのお話理解出来ました。

■ 西島会員  
お誕生日のお祝いありがとうございました。



件数 件 金額

円 累計 69,000 円 目標 1,000,000円

◆フレイル

10年後はどんな暮らしをしているか。

(平均寿命)

男性 80, 21歳

女性 86, 61歳

(健康寿命)

男性 71, 19歳

女性 74, 21歳

その差 男性－9歳・女性－12歳

介護が必要とする生活が何年も続くことを意味する。

「キーワード」「フレイル」虚弱・老化と呼ばれていたのが

「健康」と「フレイル」と「要介護」の間の事。

◆指体操・らくらく体操・しっかり体操・顔体操を実践することでフレイルを防ぐことが出来るので日々実践していくようにする。



※フレイル動画(寄森会長提供)

※写真(相馬会員提供)

今後の予定

9月16日(木)	リモート例会 卓話:「変化する投資環境動向」 森口雅文氏
9月23日(木)	休会(秋分の日)
9月30日(木)	リモート例会 卓話:東京音楽大学への植樹のその後

発行人 RI D2750 東京目黒ロータリークラブ  
 2021-22年度会長 寄森 亘 幹事 三田 春彦 副幹事 中村 健二郎  
 広報委員会週報委員会 2021年9月16日 第2544号

例会日:木曜日(Thursday) 12:30~13:30  
 例会場:ホテル雅叙園東京(hotel Gajyo-en tokyo)  
 〒153-0064 東京都目黒区下目黒1-8-1  
 TEL:03-3491-4111(代表)

東京目黒ロータリークラブ事務局  
 〒153-0064 東京都目黒区下目黒1-8-1  
 アルコタワー3F  
 TEL:03-3492-1350 FAX:03-3492-2100  
 URL:http://www.Tokyo-meguro-rotary.club  
 E-mail:office@tokyo-meguro-rotary.club