



2025~2026 WEEKLY BULLETIN

四つのテスト

- I 真実かどうか
- II みんなに公平か
- III 好意と友情を深めるか
- IV みんなのためになるかどうか

事務所 〒569-1116 高槻市白梅町 4-1 高槻阪急スクエア 6階
TEL 072-683-1158 **FAX** 072-683-1174
URL <https://www.takatsukirc.org/>
E-mail takatsuki.rc@bird.ocn.ne.jp
例会日 毎週水曜日 12:30~13:30
例会場 高槻阪急スクエア 6階多目的ホール **TEL** 072-684-5379
創立 1954年6月15日
会長 長山正剛 **幹事** 飯田哲久 **クラブ運営委員長** 大木城司 **会報担当副委員長** 堀部直子

No.37 2026年5月27日 発行

5月は青少年奉仕月間

第3446回 本日(5/27)の例会

- ◎ ソング・・・日も風も星も
- ◎ 卓話 長井 正樹君
「障がい者就労支援について」
- ◎ 例会後の行事
新入会員歓迎会 18:00~ (於: つきの井)

第3447回 次回(6/3)の例会

- ◎ 国歌・・・君が代
- ◎ ソング・・・奉仕の理想
- ◎ 誕生、結婚、入会記念月御祝
- ◎ 創業記念月御祝
- ◎ 卓話 福本 武久君
「神道とはなにか」
- ◎ 例会後の行事
6月度定例理事会

先週(5/20)の例会から

◎ゲスト・ビジター

計 0 名

◎出席報告

会員数	出席者数	出席率
49名	40名	85.11%
前々回例会補正後出席率		89.13%
但し、Mup 8名		欠席者 5名
出席規定適用免除有資格者		2名

4月度皆出席表彰

内本 繁君 通算 13年

R財団表彰

井前 憲司君
第2回 マルチプル・ポール・ハリス・フェロー

◎会長の時間

先週は「環境美化推進デー」の清掃活動にご参加いただき、お疲れ様でした。そもそもこの環境美化キャンペーンがどのような趣旨で成り立っているのか、市のホームページや他市の動向を基に調べてみました。

高槻市では、「高槻市まちの美化を推進する条例」に基づき、毎年春と秋の年2回、5月と11月の中旬から下旬に環境美化推進デーを設定しています。これは、市民、企業、団体の皆様、そして市が一体となって市内の清掃活動を行うものです。

活動は大きく2つに分かれており、ひとつは、駅周辺などの指定コースを企業や団体が掃除する「拠点清掃」。もうひとつは、当日に市民みんなが地元の自治会を中心に一斉清掃を行う「地域清掃」です。

ここで、他市の動向と比較した、我が街・高槻の誇れる特徴について触れたいと思います。多くの他自治体では、ポイ捨てに対して「罰金を科す」という取り締まりや、行政主導の規制に重きを置くケースが主流です。

よいことのために手を取りあおう

フランチェスコ・アレツォ RI 会長

それに対して高槻市の最大の特徴であり誇れる点は、こうした罰則という強制力に頼るのではなく、市民や市内の事業者が対等なパートナーとして力を合わせる「協働」を掲げている点にあります。

行政がゴミ袋の支給や回収などのバックアップに徹し、市民が自発的に汗を流す。この信頼関係が実を結んだ結果として、毎回の参加人数は2万人以上となっています。これは高槻市の人口規模から換算すると、実に「市民の17人に1人」が同じ日に街のために動いている計算になります。

これほど大規模な住民参加を、罰則ではなく市民の自主的な協力によって維持している自治体は、全国的にも極めて稀であり、他市に真似できない高槻市の誇れる実績です。

私たちが先週参加した清掃活動は、この「協働」の理念のもと参加していると言う事。高槻を良くしたいと言う事です。

高槻ロータリークラブがいつから環境美化推進デーに参画したかを調べたなかで、過去社会奉仕委員会が取り組んできた事業を振り返りました。いのちキラキラ、献血活動、薬物防止、シティハーフマラソン、環境美化、三好長慶、そして防災とたくさんの方の誇れる事に取り組んできた事を思い出しました。念頭私からテーマとして「温故知新」と申し上げましたが、次年度に繋がるいま、色んな事を振り返る、見直す事も良いことだと思います。

◎幹事報告

- ・5月度定例理事会にて、新入会員のクラブ統一ジャケット作成については、既存の会員からのお祝い(寄附)で賄うという事で決しております。今回新入会員3名分を作成致しますので、既存会員1名あたり5,000円のお祝い(寄附)を宜しくお願い致します。作成費用に剰余金が発生した場合は、次回へ繰越と致します。
- ・5/19(火)会員手帳を更新し、メールにて最新の会員手帳データを会員各位へ送付しております。2026年2月に会員手帳を冊子で受け取られた会員の皆様には、追加のシールを配布しておりますので、ご自身の会員手帳にお貼り下さい。

◎委員会報告

○社会奉仕委員会

山室 匡史

- ・5/17(日)9:00から10:30頃まで高槻市の「春の環境美化推進デー」の地域清掃活動が実施され、当クラブからは長山会長、飯田幹事をはじめ15名の会員の皆様にご参加頂きました。「秋の環境美化推進デー」は5名の参加でしたので、今回3倍もの方にご参加頂きましてありがとうございました。私たちは2班に所属しての拠点清掃活動で、JR高槻駅の北側広場から北側に行き、昼神車塚古墳、高槻病院を回り高槻阪急スクエアの方に戻ってきました。市民の皆さんが気持ちよく生活できる環境づくりに貢献できたのではないかと思います。ひとえに日曜日の早朝から活動にご参加いただきました皆さんのお力添えの賜物かと思えます。いつもありがとうございます。年度が変わって11月に「秋の環境美化推進デー」が行われますので、引き続きのご協力をお願いできれば幸いです。

○青少年奉仕委員会

光本 智輝

- ・高槻中学高等学校インターアクトクラブよりクリーンハイクのご案内を頂きました。歩いてゴミを拾いますので各自軍手をご持参下さい。回覧を回しますので、多数の皆様のご参加宜しくお願い致します。

【日時】2026年6月14日(日)9:00~12:00

【集合】高槻中学高等学校8:40

【持参物】軍手

○クラブ組織委員会

中西 美代子

- ・先般は、ロータリー入会対象者カードのご提出に御協力いただきありがとうございました。皆様からご提出いただきましたロータリー入会対象者カードをもとに、入会対象者を一覧表に致しました。一覧表を回覧にて回しますので、ご覧になられた方はご自分の名前の欄に○印をご記入下さい。個人情報ですので、ご覧頂いて記憶していただければ幸いです。また、名簿の中に知り合いの方がおられましたら、是非入会のお声がけをお願い致します。本日は18時半よりカフェビタミンにて炉辺会談を実施致します。宜しくお願い致します。

◎卓話 「笑顔に導くアプローチ

~もっと素敵な貴方に~」

浦中 郁文

笑顔に導くアプローチ ~もっと素敵な貴方に~



人には様々なお悩みがあると思います……

そのお悩みに寄り添い少しでも笑顔になる様に

心のこもったアプローチ(施術)をお届けします

~今よりも素敵な貴方に出会える様に~



お悩み?

E t c .

- ・お腹が出すぎて好みの洋服が着れない……
- ・体毛が濃すぎて夏でも薄着(半袖・半パン)になれない
- ・体毛が濃いせいで、子供や孫がいじめをうけている……
- ・自爪が変形していてレジでお会計するのが恥ずかしい……
- ・毎朝化粧をするが、肌荒れがひどくて化粧ノリが悪い……
- ・眉毛が変な方向をむき、整えてもすぐに形が悪くなる……
- ・まつ毛が短かすぎて、マスカラが出来ない……



お悩み？

E t c .

- ・親の介護をしているが、体毛(VIO)が邪魔で清潔にすることが難しい・・・
- ・巻き爪が原因で痛くて靴やヒール等が履けず、いつもサンダル生活・・・
- ・毎朝髭を剃るが、肌荒れがひどく出血してしまう・・・
- ・ゴルフが好きで出来た顔のシミが気になり、向かい合って話すが嫌に・・・
- ・結婚式があるのに、食べ過ぎてドレスが着れなくなった・・・



ニコルビューティー アプローチ紹介

1. まつ毛パーマ・エクステ・アイブロウ
2. ネイル(巻き爪・長さだし・デザインアート)
3. 脱毛(顔・全身・VIO)
4. 痩身(下腹・二の腕たるみ・下半身)
5. フェイシャル(リフトアップ・美白・陶器肌)
6. 物販商材(美容液・化粧品・まつ毛美容液等)



1. まつ毛パーマ・エクステ・アイブロウ

まつ毛パーマ

エクステ



まつ毛パーマ：パーマでこんなにも印象が変わります！
(パリジェンヌ・クレセントムーン等)

エクステ：エクステ片目50束
自まつ毛の根元に1本~2本の人工まつ毛を接着
フラットラッシュ・バインドロック(上下)・ポリウムラッシュ等)



2. ネイル(フット・長さだし・デザインアート)



3. 脱毛(顔・全身・VIO)

CLEAR/SP-ef # ☆



脱毛機械：クリアエスピー
・髭脱毛・全身脱毛・VIO脱毛



☆光脱毛の仕組み☆

毛の黒い色素(メラニン)に反応する光を照射し
その熱で毛根や発毛組織にダメージを与える仕組み

毛が徐々に細くなり「減耗・抑毛を目的」
3週間に1度の割合(毛周期にあわせて照射することで効果がでる)
毛の多さ、濃さにより個人差がありますが10回程度繰り返すと良い

メリット：光出力を調整することで、痛みが少ない
肌にニードルなどを施す医療脱毛と違い
肌に優しく、徐々に「毛穴の無い陶器肌」に変化

今は男女問わず、身だしなみの意識が大きく変わっています
・清潔感向上による対人印象の改善
・高齢者や介護を見据えたケア
・自己処理による肌トラブルの増加 (身だしなみ・健康・予防の一部)



4. 痩身(下腹・二の腕たるみ・下半身)

SECRET MES



シークレットメス

頭皮から足裏まで
1台13役の多機能痩身美顔器



脂肪細胞とは脂肪を蓄える袋 の役割をするもの

- ・身体に入った脂肪は脂肪細胞に蓄えられます。
- ・人によって違いがありますが、一度作られてしまった脂肪細胞の数を減らすことはできません。
- ・ダイエットによって体が細くなるのは、パンパンに膨らんだ脂肪細胞が小さな袋になるからです。
- ・セルライトとは脂肪細胞が肥大化し周りの血管やリンパ管を圧迫することで老廃物が溜り、さらにそこにコラーゲン繊維が被い大きな塊になってしまった状態のことを言います



貴方は何太り・・・？

『太るにもタイプがあり主に3タイプあります』

- ・脂肪太りの原因：消費エネルギー以上に過剰な食事によるカロリー摂取が原因
- ・筋肉太りの原因：本格的なスポーツ経験・歪んだ姿勢が習慣化し血液やリンパの流れが悪くなり痩せにくい傾向にある
- ・水太りの原因：冷えや筋肉の衰えによりリンパや血液の流れが悪くなり代謝が落ちていくことが原因



脂肪セルライトを効果的に落とす には？？？

効率的に脂肪細胞とセルライトにアプローチし身体に負担をかけることなく「深部から温めて・やわらかくほぐし・流す」

- ・ラジオ波：(高周波電流)を人体に通すことにより体の奥から体温上昇させ、血流やリンパの流れをよくする
- ・キャビテーション：(超音波の振動)をおこさせ脂肪細胞を共振させ気泡が発生した脂肪細胞をリンパ管・血管を通じて体外に排出さす
- ・EMS：筋肉に電気刺激をあて、エステティシャンの揉みだしつまみだし・ねじり手技を再現
- ・吸引：吸引で内部をほぐし老廃物を排出



5. フェイシャル(リフトアップ・美白・陶器肌)

サーマルフラクショナル

- ・お肌にラジオ波由来の熱エネルギーを針状にあて、局部的に肌代謝を上げます
- ・エレクトロポレーション
電気パルスで細胞に微小な穴をあけ、細胞に一時的に隙間を作り肌の奥深くに美容液を導入できます。
- ・エレクトロポレーションを使用することで、高分子物質を直接浸透させることができるので、針を使わないコラーゲン注射ともよばれています。
シワ・たるみ・ほうれい線・毛穴・くすみ・ニキビ跡に効果がある



6. 物販商材(美容液・化粧品・まつ毛美容液等)



ご清聴ありがとうございました



◎ニコニコ箱報告

- ・誕生記念内祝
- ・米山功労賞をいただきまして。
- ・おかげさまで、本年も全国新酒鑑評会で金賞を受賞出来ました！
- ・第2回米山功労者表彰をいただきました。ありがとうございます。
- ・本日は卓話をさせていただきありがとうございました。

倉本君
藤田君
橋本君
伊藤君
浦中君

本日の合計	¥ 25,000-
7/1 よりの累計	¥1,721,000-

◎R 財団への寄付 (年次)

河合 一人君 ¥10,000- 浦中 郁文君 ¥ 5,000-

本日の合計	¥ 15,000-
7/1 よりの累計	¥1,132,000-
一人当たり平均	\$ 166.10

◎R 財団への寄付 (ポリオ)

藤田 貴子君 ¥ 5,000-

本日の合計	¥ 5,000-
7/1 よりの累計	¥ 235,000-
一人当たり平均	\$ 34.48

◎R 財団への寄付 (恒久)

長山 正剛君 ¥ 5,000-

本日の合計	¥ 5,000-
7/1 よりの累計	¥ 153,800-
一人当たり平均	\$ 22.56

◎米山奨学会への寄付

藤田 貴子君 ¥ 5,000- 倉本 進君 ¥ 5,000-
長山 正剛君 ¥ 5,000- (藤田さん、伊藤さん、米山ありがとうございます。皆様ご協力宜しくお願い致します。)

本日の合計	¥ 15,000-
7/1 よりの累計	¥ 565,000-
〔 会員より	¥ 310,000-
〔 クラブより	¥ 255,000-
一人当たり平均	¥ 12,021-

◎青少年育成基金への寄付

伊藤 智秋君 ¥ 5,000-

本日の合計	¥ 5,000-
7/1 よりの累計	¥ 60,000-



◎5/20 卓上花

千日紅
…… 変わらぬ愛

スプレーカーネーション
…… 素朴