



創 立 1993年12月1日  
 事務局 〒286-0106 成田市取香 500  
 ホテル日航成田  
 TEL/FAXL 0476-24-5044  
 例会場 ホテル日航成田内  
 TEL 0476-32-1144

# 成田コスモポリタンロータリークラブ週報



奉仕しよう みんなの人生を豊かにするために

2021～2022年度 国際ロータリー会長のテーマ  
 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・メーター 】

成田コスモポリタンRCターゲット  
 「コロナ禍でも楽しく有意義な  
 クラブ運営をめざして」  
 [会長：藤崎 康人]

## 第 1329回 例会

令和3年11月10日（水）

《 声美人になろう！

～何故、声を整える事が重要なのか 》

- ◇ 点 鐘 藤崎 康人 会長
- ◇ 国 歌 斉 唱 君が代
- ◇ ロータリーソング 奉仕の理想
- ◇ 四つのテストの歌
- ◇ お 客 様 紹 介 仔ハラカヨ・ホ イストレーニングルーム 市原 香代子 様



成田ロータリークラブ  
 佐藤 英雄 様 ・ 渡邊 孝 様



米山記念奨学生 アリム・イケラム 様



## ◇ ニコニコ BOX

- ・宇都宮 高明 会員



「みなさんこんにちは。31日の衆議院選挙について、各自・各社のご指導をいただき勝利をすることが出来ました。岸田総理がお見えになり、私自身も色々と経験をすることができました。」

- ・萩原 康宏 幹事      スピーチ無し

「昨日で、会社が満50才になりました。これからも頑張って100才を目指しますので、ご指導よろしくお願ひします。」

- ・アリム・イケラム 様



「皆様こんにちは。3月卒業予定なので、すべての研究内容をまとめて論文を提出するために忙しくしております。就活では日本ハム㈱へ内定をいただきました。皆様には色々な面でお世話になり心より感謝いたします。」

- ・林 康博 会員



「みなさんこんにちは。千葉ロッテマリーンズは今日からファイナルステージになります。日本シリーズまで行った際には、もしもの事もありますので万端を整えて秘策を考えておきたいと思ひます。引き続きどうぞよろしくお願ひします。」

- ・滝澤 政樹 会員



「ニコニコというわけではありませんが、11月2日の夕方、家に強盗が入り女房が刺され入院をしました。皆様のお見舞いありがとうございました。」

## ◇ 結婚記念日紹介

川 島 健太朗 会員	《11月 3日》	石 井 量 久 会員	《11月 4日》
藤 崎 政 弘 会員	《11月 7日》	飯 島 一 扶 会員	《11月 7日》
山 本 博 久 会員	《11月 8日》	高 木 正 尊 会員	《11月 9日》
片 岡 孝 治 会員	《11月11日》	青 木 貞 雄 会員	《11月23日》
長谷川 浩 史 会員	《11月23日》	林 省 三 会員	《11月25日》
澤 田 順 行 会員	《11月27日》	渡 辺 博 光 会員	《11月30日》

## ◇ 誕生日紹介

岩澤 弘 会員 《11月 8日》  
黒木 久 会員 《11月21日》  
吉岡 正之 会員 《11月23日》



## ◇ 会長挨拶 藤崎 康人 会長



皆さんこんにちは。

本日の卓話の講師として市原香代子 様、ようこそいらっしゃいました。

本日は、『声美人になろう！～何故、声を整える事が重要なのか』という内容で、声についての有意義なお話が聞けることと思います。また、成田ロータリークラブから、渡邊孝さま、佐藤英雄さま、ようこそいらっしゃいました。ごゆっくりお過ごしください。また、米山奨学生のアリム・イケラム君も来ていただいています。

ところで、約1週間前11月2日火曜日の夕方、市内囲護台で、強盗殺人未遂事件が発生し、住宅内で女性が被害に遭われています。まだ犯人は捕まっていない状況です。皆さんの中でもご存じの方も大勢いらっしゃると思いますが、この事件で被害に遭われた女性が滝澤政樹会員の奥さまとのことです。背中を刃物で刺され、発見後、病院に搬送され、傷は一部肺まで達していたとのことで、緊急手術を受けられましたが、幸い命に別状なく回復されてきているとのことです。会長として、成田コスモポリタンロータリークラブを代表して、心からお見舞いを申し上げたいと思います。一日も早いご回復をお祈りしています。

さて、前回の例会は、先月20日でした。27日は地区大会に振り替え、先週は文化の日で休会、3週間ぶりの例会です。コロナで8月、9月と2か月間休会で、その後3回例会があつて、また2回休会と、なかなか例会開催が順調になりませんが、このままコロナが収まっていれば、今週から年末までは毎週の例会が開催できそうです。今月は、例年とは違いますが、今月17日に1か月繰り上げて、クリスマス例会の予定です。親睦委員会がコロナ対策しつつ、楽しい企画を考えてくれていると思います。その後、24日は、年次総会・クラブ協議会、12月1日には、9月29日の予定が中止延期となったガバナー公式訪問が控えています。

世の中では、10月20日の前回例会の後、大きな出来事がありました。日本では、総選挙、世界では、G20、そのあと、COP26が開催されています。千葉10区では自民党の林幹雄候補が10回目の当選となりました。G20は11月1日開催でしたので、岸田首相はリモート参加でしたが、続いてイギリスのグラスゴウで開催されたCOP26には、現地に赴き数時間の滞在で、日本の立場の発表といくつかの国と首脳外交をして、トンボ帰りをされています。怖い事件もありました。10月31日総選挙の日のよる、京王線の車内で、ジョーカーの服をきた暴漢が刃物で乗客を無差別に切りつけ、車内で燃料に火をつける事件がありました。幸い死者は出ませんでした。無差別に大勢の人に危害を加える犯行で、もし身近で起きたらと思うとゾッとします。

ロータリーでも色々な行事がありました。簡単にご報告します。

10月24日(日)には、2790地区の奉仕プロジェクトとして、世界ポリオデーということから、「新勝寺ポリオ根絶新型コロナ終息祈願」イベントを開催されました。幸いお天気に恵まれ、約80人ほどの会員、奨学生等が境内前の広場に集まり、午前11時の護摩祈祷を中心に活動ができました。



当クラブからは、私を含め、神谷会長エレクト、大竹副幹事、高木会員、宇都宮会員、平野会員、沢田会員、山本豊一会員に加え、アトムイケラム君も参加しました。



10月25日(月)には、成田市役所で、成田市災害ボランティアセンター契約締結式に参加しました。私と萩原幹事が出席しました。



10月31日(日)、アパホテル&リゾート東京ベイ幕張で、今年度の地区大会が千葉ロータリークラブの梶原等ガバナーのもと開催され、出席してきました。コロナの影響で、時間短縮、参加人数制限下での開催でしたが、開催できてよかったです。

11月6日(土)の午後から、ロータリー財団学友会50周年記念行事が開催され、参加してきました。記念講演は1981年度の、米山奨学生でアメリカに留学経験がある、前麗澤大学学長の中山理先生と宇宙飛行士の山崎直子さんのお話で、とても有意義なものでした。

本日は、第一例会で、誕生日のお祝い、結婚記念碑のお祝い、等ありますので、卓話の先生の時間が少なくなってしまうので、会長挨拶は、これにて終わりにします。

#### ◇ 幹事報告 萩原 康宏 幹事



- 回 覧： 地区大会受賞表彰状、End Polio Now COA《感謝状》  
ロータリー米山記念奨学会寄付達成クラブ《感謝状》  
5千万円  
ロータリー米山記念奨学会功労クラブ 第45回  
成田市災害ボランティアセンターの支援に関する協定書
- 例会案内・変更： 成田 RC, 富里 RC, 佐原 RC, 多古 RC
- その他： ロータリーの友、月信、ニューモラル 11月号配布  
地区大会冊子・記念品  
本日この後、定例理事会を行います。

#### ◇ 米山記念奨学会 奨学金の贈呈

米山記念奨学生のアトム・イケラムさんに

11月度の奨学金が藤崎康人会長より贈呈されました。



## 卓話 「声美人になろう！～何故、声を整える事が重要なのか」

イチハラカヨコ・ボイストレーニンググループ 市原 香代子 様



皆様どうぞよろしくお願い致します。

本日は声に関するお話をさせて頂こうと思います。

皆様、長年ビジネスの世界におられる方々でするので声というのはご自身のことを表現する大切なツールだと思います。

声ってそもそもどんな仕組みで出ているのかという基礎知識の部分をお話させて頂こうと思います。肺から息がでると声帯が振動して音が出ます。

そして喉頭、咽頭、口腔、鼻腔で共鳴して声となります。喉の喉頭や、奥行きの部分の咽頭を拡げることによって音の質感が変わっていきます。喉の中が広がれば広がるほど声帯がよい音を鳴らしてくれるということになります。

音を上下して声を出してみましょう。

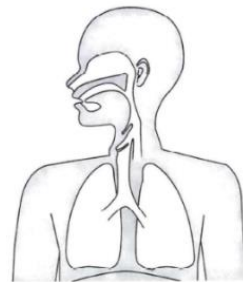
声帯が伸びると高い音が出て、ちぢむと低い音が出ます。声帯を動かすのは喉の筋肉で声帯自体は繊細な部分ですので、定期的に声を出して歌うことで喉の筋肉を鍛え若々しい声を維持できるということになります。

歌うことや笑うことは免疫細胞を活性化してくれるという風に医学的に証明されています。

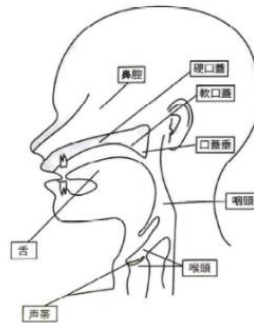
声を出すことが減り喉の筋肉が衰えてしまうと、誤嚥性肺炎のリスクが高まります。

声をだす歌をうたうということによって喉の筋肉を鍛えられ、普段動きが見えない喉の中の部分を意識し向き合うことは健康を保つことにつながります。

肺～喉頭～咽頭～口腔、鼻腔イラスト



顔部～顔部イラスト



### 【声が出る仕組み】

★肺から息が送られる  
⇒声帯が振動する  
⇒喉頭・咽頭・口腔・鼻腔で共鳴  
⇒声になる

★声をつかさどる声帯やそのまわりを動かすのは、すべて筋肉

### 【声の『音』を決める要素】

★声帯の伸縮  
縦に長く伸びる⇒高音  
短く縮む⇒低音

★声帯の開閉  
ぴったり閉じる⇒響きのいい音に  
すき間が開く⇒腹声

★共鳴腔  
拡張⇒音量が増える  
形⇒音の質感の変化

★息の加減  
強い息⇒大きい音  
弱い息⇒小さい音

◇ 点 鐘 藤崎 康人 会長

☆ 本日のお料理 メニュー



◇ 出席報告 \*メーカーキャップは前後2週間です。

	日 付	会員数	免 除	出 席	欠 席	M U	出 席 率	補 正 出 席 率
前々回修正	10月20日	70名	5名	37名	26名	6名		62.32%
本日例会	11月10日	70名	5名	38名	20名	11名	71.01%	

・成田コスモポリタンロータリー・クラブ事務局

〒286-0106 成田市取香 500 ホテル日航成田内 TEL/FAX 0476-24-5044

・例会場 ホテル日航成田内 TEL 0476-32-1144 FAX 0476-32-0022