



川崎中ロータリークラブ会報

KAWASAKI-NAKA ROTARYCLUB/FOUNDED 1972.7.15

【2025-26 年度 地区方針】「よいことのために手を取りあおう」

会 長	長谷山尚城	2025～2026 第 2470 回例会 2026 月 3 月 10 日	例会日	毎週火曜日 12 時 30 分点鐘
副 会 長	伊藤 稔		例会場	川崎市中原区小杉町 3-10 ホテル精養軒 TEL(044)711-8855
幹 事	栗原 茂昭		事務所	川崎市中原区小杉町 3-428 山協ビル 402 号 TEL(044)722-4331 FAX(044)722-6334 E-mail : k-naka@galaxy.ocn.ne.jp URL : https://www.kawanaka-rc.com
S A A	原 敏之			
会報委員長	小島 正徳			

例 会 報 告

開会点鐘	長谷山 尚城 会長
司 会	原 敏之 会場監督
合 唱	全会員

ロータリーソング 「我らの生業」

50 周年記念ソング「拓け未来へ 拡げる友の輪」

お客様紹介	渡邊 新治 親睦活動委員 大原 はじめ 様(プロレスリング・ノア)
-------	--------------------------------------

今後のプログラム

日 時	プログラム
3/31	第 2472 回例会 お花見例会 場所:西明寺 点鐘:17:30 会費:3,000 円
4/7	休会(4/8(水)へ振替)
4/8(水)	第 2473 回例会 川崎中原 RC との合同例会 精養軒 点鐘 18:00
4/14	休会

新会員入会式

中島 秀和 会員



中島秀和さんご入会おめでとうございます。これから宜しくお願いいたします。

海外クラブメイクアップ報告

グリーンベイ RC・マカティ サルセド RC
メイクアップ報告 内藤 幸彦 会員



フィリピン共和国マカティ市を拠点とするグリーンベルト RC とサルセド RC へメイクアップにて参加いたしました。その際にグリーンベルト RC には自然保護プロジェクトとしてマングローブ植林への寄付、サルセド RC には病気の子供達の施設への寄付を、それぞれ US \$ 100 ずつを国際奉仕、社会奉仕による支援プロジェクトとして寄付させて頂きました。

フレッシュ交流会報告

代田 美紀 会員



3月6日(金)に新横浜グレイスホテルで開催されました入会5年未満の会員を対象としたフレッシュ交流会へ参加して参りました。

各クラブでの奉仕活動の共有や、インターアクトと関わり活動されている様子を聞くことが出来とても勉強になりました。

出席報告

片岡 英之 出席委員長

会員数	出席数	欠席数	出席率	前々回訂正出席率		
41名	31名	10名 対象外 (4)	83.78%	欠10名 対象外 (5)	MU1名	85.71%

【本日の欠席者】

一ノ瀬仁敏会員 井土清貴会員 大友徹会員
小原亨会員 金子利昭会員 叶野聡会員
小島満会員 中山武夫会員 長谷川俊雄会員
三木治一会員

ニコニココーナー

森田裕一 SAA 補佐

長谷山 尚城 会長

大原はじめ様、私プロレスファンです、楽しみにしています。

中島様、入会おめでとうございます。これから宜しくお願いします。

栗原 茂昭 幹事

花粉症には辛い季節となりましたが、いかがお過ごしでしょうか？私も毎日大変ですが年度末にむけて幹事ががんばっています。

朝倉 和信 会員

よろしくお願いします。

上原 伸一 会員

中島さん、歓迎します。

貝田 充 会員

大原はじめ様、本日の卓話楽しみにしております。どうぞよろしくお願いいたします。

片岡 英之 会員

中島秀和さんの入会を心より歓迎いたします。若手が増えて嬉しいです。

川口 禮敬 会員

今日もどうやら例会に出席できました。宜しくお願いいたします。

小島 徹 会員

大原はじめ様、本日はお忙しい中卓話ありがとうございます。

中島秀和さん、入会おめでとうございます。宜しくお願いします。

富岡 昭一 会員

お世話になります、卓話を楽しみに拝聴します。

内藤 幸彦 会員

・フィリピンのRCにメイクアップいたしました。
・中島エステート中島秀和様、ご入会おめでとうございます。
・ゲストスピーカー大原はじめ様スピーチとても楽しみです。

野口 新二 会員

大原はじめ様、卓話楽しみです。

原 敏之 会員

中島さん入会おめでとうございます。よろしくお願います。

細山 勝三郎 会員

中島秀和さん入会お目出度う御座居ます。お互い楽しい時間を作りましょう。

森田 裕一 会員

プロレスリング・ノア 大原はじめ様、「健康寿命」非常に興味があります。卓話楽しみにしております。中島秀和会員、どうぞ宜しくお願いいたします。

渡邊 新治 会員

卓話を楽しみにしています。本日もよろしくお願いいたします。

小島 正徳 会員

本日は時々雪もチラつく天気ですが、寒暖差が激しく服選び大変です。

プロレスリング・ノアの大原様、本日はありがとうございます。卓話楽しみにしております。

新会員中島様、ようこそ。一緒に楽しみましょう。

合計 16 件	16,000 円
累計 298 件	387,000 円

会長報告

長谷山 尚城 会長

1. 地区より第57回インターアクト年次大会冊子配布のご案内が届いております。
2. 公益財団法人ロータリー米山記念奨学会よりハイライトよねやま311が届いております。
3. 地区より2026-27年度 地区研修・協議会開催のご案内が届いております。

日時 : 3月29日(日)13:30~18:30

場所 : 聖光学院中学校・高等学校

出席義務者 : 回覧参照

4. 地区よりクラブ会長エレクト・ラーニングセミナー (PELS)開催のご案内が届いております。(回覧)

日 時:3月17日(火)
 セミナー10:00~17:00
 懇親会 17:00~18:00

場 所:メモワールプラザソシア 21

5. 第51回神奈川県ロータリアン親睦テニス会のご案内が届いております。

日 時:4月26日(日)
 場 所:湘南ローンテニスクラブ

理事会報告 長谷山 尚城 会長

- 4/7(火) 振替休会
 4/8(水) 川崎中原 RC との合同例会
 精養軒 点鐘 18:00 会費 ¥7,000
- 内藤会員よりメイクアップの報告
 マカティ グリーンベルト RC 訪問
 マングローブ植林へ 100ドル寄付
 マカティ サルセド RC 訪問
 病気の子供達の施設へ 100ドル寄付
 合計 200ドルを国際奉仕より寄付
- 4/21(火)夜間移動例会(屋形船)
 17:00 桜木町駅 集合 又は
 17:15 弁天橋乗船場へ集合 会費:¥6,000
- 5/25(月)日帰り例会(山梨方面)
 武蔵小杉 8:00 出発 17:30 到着 会費¥15,000 の予定
- 6/16(火)夜間最終例会の件
 精養軒 点鐘 17:30 会費:¥8,000
 地区の音楽同好会によるコンサートの予定
- 4/14(火)被選クラブ協議会の件
 精養軒 18:00~ 会費¥7,000
- 55周年記念行事の件
 小島徹会員に委員長を承諾いただく。

幹事報告 栗原 茂昭 幹事

- 例会変更
川崎高津
 3/26(木)親睦移動例会「お花見家族会」
 屋形船「隅田川お花見コース」
川崎西
 3/20(金)休会
川崎大師
 3/18(水)休会
横浜あざみ
 3/25(水)オープン例会 卓話&サックス
 例会場:アートフォーラムあざみ野
 例会:13:15~13:45 3階 会議室 3
 演奏:14:00~14:45 3階 音楽室

演奏:桜井 元様(元朝日新聞記者)

新川崎

3/11・18(水) 休会
 3/25(水) 親睦お花見例会
 中華街 萬珍楼

- 本日例会終了後、クラブ協議会③を開催致します。関係各位のご出席をお願い致します。
- 第2グループ合同例会(川崎中原 RC・川崎中RC)
 日 時:4月8日(水) 点鐘:18:00
 場 所:ホテル精養軒
- <3月の予定>
 3/3 通常例会 例会終了後、理事役員会
 3/10 通常例会 例会終了後 クラブ協議会③
 3/17 休会
 3/24 通常例会
 3/31 夜間移動例会(お花見) 西明寺



今日のランチ

卓話

プロレスリング・NOAH 所属 大原 はじめ様



プロフィール 略歴

川崎市中原区出身
 1984年 武蔵小杉生まれ
 中学時代よりプロレスラーを志す
 2002年 18歳で業界入り

- 2003年 19歳でメキシコにてデビューし、NWA 世界ウェルター級王者として世界各国、ヨーロッパや北朝鮮の大会に出場
- 2012年 28歳でプロレスリング NOAH に所属し今も活躍中。
- 2013年 29歳で祖父母の介護をきっかけに地域福祉に目覚め、高齢者向け介護予防「ムイビエン体操」を行政と連携し川崎市内で10年以上継続。
- 2016年 32歳で川崎市立橋高校・定時制に入学し卒業。現在は星槎大学で地理・歴史・公民の高校、中学社会の教員免許取得を目指す現役大学生。小学校から高校の特別授業を行っている。
- その他 中原警察署にて一日警察署長を2度務める。
中原消防団玉川分団所属。
かわさきFMのレギュラーMCも担当。

プロレスラー先生が語る ”人生100年時代の健康寿命”

私は川崎市中原区武蔵小杉生まれ、プロレスリング・ノア所属の「ムイビエン」大原はじめと申します。1984年生まれの40歳。中学生の頃からプロレスに憧れ、高田延彦さんの道場に通り指導を受け、授業放棄しトレーニングを優先する少し変わった不登校少年でした。卒業後は服部栄養専門学校で調理師免許をちゃんこ番のために取得し、18歳でプロレスの世界へ。19歳でメキシコデビューを果たしましたが、ギャラ100円、観客5人という極貧生活も1年経験しました。それでも努力を積み重ね、1万人規模の大会や海外地上波のリングに立ち、NWA 世界ウェルター級王者として各国で闘う機会を得ました。



しかし29歳、祖父母の介護をきっかけに人生観が一変します。祖父母のような人を減らしたい。「地域の役に立つ生き方がしたい」と、中原区の老人いこの家でシニア向け筋力トレーニングを開始。これが口コミで広がり、区内のさまざまな施設で講座を

行うようになりました。中卒だった私は32歳で川崎市立橋高校の定時制へ入学し、プロレスを続けながら高校生活を送り、現在は星槎大学で教員免許取得を目指す大学生です。2023年元日の日本武道館大会では馳浩さんと対戦し、「文部科学大臣 VS 現役大学生」という異例のカードとして話題になりました。

卓話では、プロレスラーとして鍛えた強靱な身体づくりを、健康寿命の視点からお話します。人生100年時代を寝たきりにならず、心も体もムイビエンに生き抜くための具体的なノウハウをお伝えできれば幸いです。中原区出身者として前代未聞のキャリア形成、そして地域・福祉・教育・スポーツをつなぎ、川崎をより良くする活動の一端をお届けします。



「ムイビエン」はスペイン語で“Very Good”の意味とのこと、たんぱく質を体重×1.5g 接種しないと筋肉が衰えていくとのこと、とても勉強になりました。大原様とても楽しい卓話ありがとうございました。

オンラインでの例会参加方法

2025-26年度は以下のQRコードを使用してURLを読み込むことで参加できます。配信はMicrosoftのTeamsというアプリケーションを使用しております。インストールを行わなくても参加できますが、インストール(無償)を行うことを推奨いたします。



<https://teams.live.com/join/9392045805609?p=GWKCrMKhdwiKDQolzg>