



# Weekly Report



世界に希望を生み出そう

真岡 RC 石塚龍夫 会長テーマ『故きを温ねて真実を知り、調和の扉を開きましょう！』

## ■本日のプログラム

- 司会 SAA 阿久津 亮君
- 点鐘 会長 石塚 龍夫君
- ロータリーソング それでこそロータリー
- ゲスト IRERUDAKE 株式会社

代表取締役 大木卓也様  
米山奨学生 ホ・ミンニュさん

## ■会長挨拶



会長 石塚 龍夫 君  
皆さん、こんにちは。

第 3085 回の例会にご出席いただきありがとうございます。本日のお客様をご紹介させていただきます。IRERUDAKE 株式会社

代表取締役 大木卓也様です。桜も見頃が終わり葉桜に代わり、私の年度も最終コーナーになりました。先週の日曜日、第 4 グループの会長幹事会がありました。今後の大きい行事は真岡西 RC の 40 周年記念式典ですので皆さんご参加をお願いします。この式典は登録料 1 万円ですが、そのうちの 1,500 円を能登の震災義援金として届けさせていただきますとのことです。先週、真岡西 RC の会長・幹事・40 周年実行委員長で能登 RC に行き、震災義援金を直接渡してバナー交換をしてきたそうです。

また、益子 RC 主催した U 字工事のイベントで得た収益のうち、能登震災義援金（真岡西 RC に届けていただいた）、ポリオへの寄付、益子町教育委員会への寄付をしたそうです。ポリオの財団への寄付は、第 4G の 4 クラブに 1/4 ずつ分配し、各クラブから財団に寄付する形となります。今週は 4/20 (土) に真岡西 RC40 周年、4/23 (火) に第 4G の親睦ゴルフがあります。このような事業を通して第 4G の親睦を深め、一致団結して進んでいきたいとガバナー補佐より話がありました。

ローター-をかつこよく、ローター-を楽しみましょう。

## ■幹事報告

幹事 横松 和美君

4/20 (土) に FS 静風で真岡西 RC 創立 40 周年記念式典があります。集合時間は 15:30 が登録開始なので、その 15 分前をお願いします。

4/23 (火) 第 4G の親睦ゴルフの集合時間は 8:00 でお祈いします。

## ■委員会報告

野球部 杉田貞一郎君

今年度の地区野球大会、10 月の予定が変わりまして 4/21(日)でしたが、メンバーが集まらないという事で、今回は不参加で大会本部に伝えました。また、次年度については 11 月の開催予定で通知が来るとお祈いしますので、その際はご協力をお願いします。

## ■本日のスマイルボックス

藤村三夫君

石塚 龍夫君 イレルダケ株式会社 代表取締役 大木卓也様、本日は卓話宜しくお祈い致します。

20 日土曜日は真岡西 RC40 周年記念式典、宜しくお祈いします。

横松 和美君 各地で地震が多発しております。災害対策を日ごろから整えましょう。

中川 宏之君 大木様、卓話ありがとうございます。私も愛用させていただいてます。とても良いです。

岡本 俊夫君 私が知り得る限りですが、真岡 RC の第 5 代事務局に就任された永田さんに歓迎を申し上げます。石塚会長、中川エレクトの喜びも一入だと推察致します。大木様、本日はご苦労様です。拝聴させていただきます。

渡邊 佳寛君 IRERUDAKE 株式会社 大木社長、ようこそいらっしゃいました。卓話を心して拝聴いたします。

青木 圭太君 大木様、本日はメンバーを更に長寿に出来るお祈い期待しています。

## 【MU 会場案内】

| 月曜日                              | 火曜日  | 水曜日  | 木曜日   | 金曜日             |
|----------------------------------|--|--|---|-----------------|
| 宇都宮 90 : 東武ホテルグランデ<br>小山中央 : 思水荘 | 宇都宮 : 東武ホテルグランデ<br>宇都宮東 : ホテルニューイタヤ<br>小山南 : 小山グランドホテル | 益子 : 益子カントリー<br>下野上三川 : 石橋商工会館<br>小山北 : 和風ダイニング彩華<br>真岡西 : フォーシーズン静風 | 宇都宮西 : 東武ホテルグランデ<br>宇都宮北 : 宇都宮グランドホテル<br>小山 : 小山グランドホテル | 小山東 : 小山グランドホテル |

会長 : 石塚 龍夫 幹事 : 横松 和美 会報委員 : 小金幹典 馬場照夫 安井孝三 安田政昭 宇南山照元

事務局 : 〒321-4305 栃木県真岡市荒町 1203 (真岡商工会館内) TEL.0285-84-2511 FAX.0285-84-2510

URL : <http://rc-moka.jp/> E-mail : [rc-moka@sweet.ocn.ne.jp](mailto:rc-moka@sweet.ocn.ne.jp) 会報担当 : 小金幹典

■卓話者紹介 プログラム委員長 青木 圭太 君

講師の大木さんは私と同級生で43歳です。会社名はIRERUDAKE（イレルダケ）と非常に分かり易く親しみのある名前であるということと、多くの方には既にインソールを愛用していただいておりますので、是非その機能性であったり、健康で長生きしたい方、ゴルフを上達したい方は卓話に耳を傾けていただいて、皆様のためにして頂ければと思います。

■外部卓話 IRERUDAKE 株式会社社長 大木 卓也 様

ご紹介をいただきました IRERUDAKE 株式会社の代表の大木と申します。皆様と共通の話題になりますので是非聞いていただければと思います。



自己紹介をさせていただくと1980年生で笠間市出身です。中学から自転車競技をしており、高校で作新か取手一高かでしたが、取手一高に行きました。通学は70kmありましたが、自転車で通ってました。2004年アテネパラリンピックで視覚障害者と一緒に走る二人乗り自転車で出場し、銀メダルを取り日本で二人目の健常者パラメダリストです。インソールを作った経緯は、自転車競技で落車して首の骨を損傷したり鎖骨を折ったりして、20代中ばから眩暈がしたり低気圧になると吐き気がしたり、頭が痛くなったりして悩まされていました。2013年に妻が歯科医師をしてまして、噛み合わせの勉強会に行き治療したら吐き気等が無くなった。更に勉強していくうちに、頭と骨盤、重心の重要性に気づき、そこからいろんな製品の研究開発を進めて2017年に特許を申請した。では、重心線とは何かというと真っすぐに立った時に、体のどこに重心線が通るかが凄く大事なことに気づきました。そこで私の開発した技術がRiCAM (Re\_再び Come\_来るからの造語) で人本来あるものが狂った重心線を取り戻すというものです。

重心線が崩れると全身の運動性が低下して、本来自分で意識できないインナーマッスルが使わなければならないことが出来なくなっている。その代わりに外側の自分で意識できる筋肉によってバランスを取るため過緊張を起こしている。それが腰・膝・肩に悪影響を与えているのが分かってきました。頸椎のゆがみだと、頭痛・めまい・肩こりで、腰椎だと腰痛・ぎっくり腰・ヘルニア、胸椎だと背中中の張り・疲れが取れない、下半身の歪みだと股関節痛・膝痛・変形等の症状が現れます。

RiCAM 的 重心線のイメージですが、手と足の骨の数がほとんど一緒です。片足28個・片手27個です。手のひらで棒を支える時、手のひらの中央で支えるのと同じですが、足の場合は体重を支えるのがほとんどの人が踵重

心です。それを変えるための特許技術を開発して現在、アメリカ・EUに出願中です。

この技術は、三つの突起を使って重心点を足裏の真ん中に持っていくもので、母指球・小指の付根・踵の三点でしっかり立てるようになる。三脚の理論と一緒に、足裏の三つのアーチを作る訳です。エビデンスは東京電機大の准教授にデータを採っていただいて、インソールを使う事で①立位バランスが良くなる②歩行時の重心移動が滑らかになる③安定した歩行ができる④坂道歩行時にバランスを維持して歩行ができる⑤O脚X脚改善の示唆、も1回目の報告で出たところです。続いて2回目報告では筋電図を採った時に、RiCAMを使うと歩行時の大胸筋・大腿直筋・半腱様筋・腓腹筋外側頭・前脛骨筋の筋活動量が低下することが分かりました。(その他プロジェクトスライド・動画にて説明) RiCAM 的 重心線まとめ

1. 手足は使い方が一緒
2. 重心線は両足にあり、支持基底面中心は2足間にある
3. てこの原理と同様に、頭部(力点)骨盤(作用点)足部中央(支点)が応用できる
4. 加重重心~5つの性質~が応用できる
5. 身体が重心線に乗ると、筋活動量が減少する。



■謝辞

会長 石塚 龍夫君

■出席報告 中川 孝君

■次回のプログラム

4/25(木) 12:30~

真岡商工会議所

外部卓話

キューピータマゴ(株)

元社長 逸見良則氏



■スマイルボックス (4月18日現在) (円)

|              |         |
|--------------|---------|
| 前回までのスマイル繰越金 | 986,337 |
| 会員           | 12,000  |
| ビジター         | 0       |
| 本日のスマイル合計    | 12,000  |
| スマイル今期累計     | 998,337 |
| 前回までの米山繰越金   | 30,517  |
| 本日の米山        | 0       |
| 米山今期累計       | 30,517  |

■月間予定出席者

|          |                               |       |       |     |      |     |         |
|----------|-------------------------------|-------|-------|-----|------|-----|---------|
| 在籍 51 名  | 出席免除者 1 名 (有資格者 1 名 + 有理由者 名) |       |       |     |      |     |         |
| 例会日      | 出席義務                          | 事前 MU | 事後 MU | 出席者 | 内免除者 | 欠席者 | 出席率 (%) |
| 補正後 4月4日 | 50                            | 2     | 0     | 29  | 0    | 13  | 74.0    |
| 本日 4月18日 | 50                            | 1     | -     | 30  | 0    | 15  | 70.0    |

■月間出席率 (%) ※例会欠席は前日 15:00 までに必ず事務局までお知らせください。

|      |      |      |      |      |      |      |      |      |    |    |    |
|------|------|------|------|------|------|------|------|------|----|----|----|
| 7月   | 8月   | 9月   | 10月  | 11月  | 12月  | 1月   | 2月   | 3月   | 4月 | 5月 | 6月 |
| 72.0 | 76.1 | 71.5 | 70.3 | 68.5 | 74.0 | 74.1 | 69.5 | 72.3 |    |    |    |

※例会欠席は前日 15:00 までに必ず事務局 (TEL.0285-84-2511 FAX.0285-84-2510) までお知らせください。