



Weekly

尾張旭ロータリークラブ



- ・会長 菊田 利昭 幹事 谷口 亜弥
- ・例会日 毎週金曜日 12:30
- ・例会場 〒488-0801 尾張旭市東大道町原田 2570-3 尾張旭市商工会館内
- ・事務局 尾張旭市商工会館 TEL 0561-54-1263 FAX 0561-54-8945
- ・E-mail: jim@owariasahi-rc.org URL: http://www.owariasahi-rc.org



世界に希望を生み出そう

2023-24 年度

RI テーマ 世界に希望を生み出そう

地区方針 培おうプライド、育もうブランド、そして未来へ！！

本日の例会プログラム 2023年7月29日 (第2470回) No. 2347

点鐘 17:45

夜間例会 於GYO²

担当者 親睦活動委員会

前回の例会記録 2023年7月14日 (第2469回)

○斉唱:「我等の生業」

○出席者: 会員 20 名中 17 名出席 出席率 80.95%

副会長挨拶 森井 晴生

世界に希望を生み出そう



ようやくコロナ感染症も一段落した。このコロナの3年、ロータリーのあり方・進め方も様々な変化を余儀なくされ、例えば例会についても出席義務を強く言えないで3年を過ごした。例会のあり方や地区・分区の行事参加の心構え、またクラブの委員会に対する責任感などが曖昧になってしまっていないか。それらを踏まえ、今期は例えば例会の時間を変えてでも出席100%を目指すとか様々知恵を出し合って、皆が参加しやすく欠席・早退にならないような仕組みを考え、クラブのあり方を根本的に見直す1年にしなければならない。メンバー全員が、「筋の通ったクラブ」「参加して誇りを持てるクラブ」「人に強く勧められるクラブ」を強く意識することが大切である。という問題提起をしておいて本日の本題に入りたい。

今年度 RI 会長ゴードン・R・マッキナリー氏はテーマを「世界に希望を生み出そう」としている。そこで今日は今 RI がどのような方向に向かっているか、今年は何に力を入れて進めようとしているのかを私なりにかみ砕いてお話しをさせて頂きたい。

RI 会長は、今日までの活動の継続として、「ポリオの根絶」「女児のエンパワメント」「DEI の推進」「平和の構築」を挙げた。また、新たな取り組みとして「バーチャルな国際交流を導入して平和の構築」を加えられ、ロータリー活動にバーチャルの要素を取り入れ、より多くの人にロータリーを体験する機会を提供できると指摘している。

そして、今回の RI 会長メッセージの中で、私が一番注目したいのが「メンタルヘルスへの取り組み」である。世界中がコロナやウクライナでの戦争、自然災害などの影響で言葉にならない不安感やメンタルヘルスの問題を抱えている。フランスでは不眠症に悩んでいる人が全人口の20%、うつ病の人はコロナ禍前に比べて2倍に増えたといわれる。日本でも、厚生労働省は四大疾病「ガン」「脳卒中」「急性心筋梗塞」「糖尿病」に加えて、五大疾病として「精神疾患」を入れた。精神疾患とは、①うつ病 ②パニック障害、不安障害 ③適応障害 ④睡眠障害 ⑤依存症等だが、これらの社会に及ぼす影響は見逃ごせず、昨今、企業でもメンタルヘルスに重きをおいた経営のリスクマネジメントが要求され、インクルーシブな社会を築き、相互にたすけ合い支え合うことが今後より重要になる。このように、社会においても家庭においても、一人のメンタルヘルスの乱

例	8月4日(金)	8月11日(金)	8月18日(金)	8月25日(金)
会	卓話担当者: 山田 直樹君 卓話者: " " 演題: 「雑話」	休会 定款による休会	卓話担当者: 森井 晴生君 卓話者: " " 演題: 「決議 23-34 について」	卓話担当者: 会員増強 クラブ戦略委員会 卓話者: 箕輪 良孝委員長 演題: 「クラブフォーラム」
予				
定				

れが組織全員に悪影響を及ぼす。そこで、RI 会長は「ロータリーがメンタルヘルスということからも会員と奉仕を受ける人の両方を支える組織として知られるようになってほしい」と述べた。

私は RC とは、奉仕と親睦を通して人とのつながりを広げるといった目的を実現すると共に、宗教間とは一線を画した倫理観の世界で「人のことを思いやり、人の幸せのために自分は何ができるか」という「利他の精神」を学ぶ場であると思う。つまり、ロータリーの理念にのっとった活動をしながら自分自身の考え方・生き方を変え、地域のリーダーにふさわしい人格形成をすることが何よりも重要であり、それがロータリーの高潔性だと思う。

ところで、私は入会以来長年考え続けていたことがある。それは 23~34 決議の中に、「最もよく奉仕する者、最も多く報いられる」という言葉があるが、私はこの言葉がじっくり理解できなかった。というのも、RC は一般的なクラブ活動であって、決してその中心に宗教性があるわけではない。ロータリーはアメリカ生まれなので、もしキリスト教の神の概念を持ち込めるならば、「最もよく奉仕する者は神の恩寵を受け神によって最も多く報いられる」となり、これならば腑に落ちるのだが、神の恩寵という概念が無い世界で、「最も多く報いられる」ということをいかに理解すべきかという疑問が私はずっとある。

そこで、今年度の RI 会長の方針の中で、ロータリーでは初めて「メンタルヘルス」つまり心のあり方ということが注目された。RI 会長はテーマ講演の中で「メンタルヘルスの専門家なら誰もが口を揃えてこう言うでしょう。ほかの人を助ける事で本質的に自分自身が助けられるのだ。ほかの人を助けることでストレスが軽減され気分が良くなり、私達自身のメンタルヘルスと幸せのためにもなる」と語った。つまり他の人を助けると「神の恩寵」ではなく「メンタルヘルス」という観念から自分のストレスが軽減され、自分のメンタルヘルスが良い方に作用し、自分の幸せにつながる、つまり我が身がたすかるといふ理屈であって、これは実は脳科学でも証明されている。脳科学の世界では 1996 年に「ミラーニューロン」という神経細胞の大発見がなされた。これは別名を「共感細胞」と言い、眼前の他者の行動がまるで「鏡に映るように」自分自身の脳に反映し、脳の神経細胞が発火して脳が反応するようだ。例えば、テレビドラマや映画を見ていて、感動的な場面や悲しいシチュエーションがあると、ついもらい泣きしたり、自分には一切関係がないのに、人が喜んでる姿を見て思わず自分のことのように嬉しくてたまらなくなる。こんな経験は誰にでもあるだろう。実はこれ、「ミラーニューロン」「共感細胞」の仕業である。この「ミラーニューロン」が何故脳科学最大の発見と呼ばれるのか？ 昔は 20 歳を超えると脳細胞は増えることなく減る一方だと考えられてきたが、研究が進むにつれその常識が根底から覆され、年齢を重ねても脳細胞は細胞分裂を繰り返し、私達は何歳になっても脳を育てることができるといふことがわかってきた。これは人生 100 歳時代といわれる現代人にとっては大変大きな意味を持つ発見といえる。そうした研究の中で明らかになったのは「人は決して 1 人では幸せになれない」ということである。

私達の脳は他者との共生を元から必要としている。人を愛し、我が子を慈しみ他人のために尽くすということに人は大きな喜びと幸福を感じる。これは人の本能であり、もっと正確に言うと、人のために尽くし、人が喜び、感謝している姿を見たり、ほめられたりすると、脳内のミラーニューロンという神経細胞が発火し、「ベータエンドルフィン」や「オキシトシン」などの快感ホルモンが大量に分泌され、「してもらった人」よりも「してあげた自分」の方がより幸福感を得られるのだという。そしてこの「ベータエンドルフィン」と愛情ホルモンとも呼ばれる「オキシトシン」は、快感物質であると同時に脳を活性化させる働きがあり、身体の免疫力を高めてさまざまな病気を予防する効果があり、しかも記憶力や集中力まで高めるといわれる。また、脳には自分の行動を記録・評価する部分があって、この部分が自分の行動を「素晴らしい」「よくやった」と自画自賛の評価をすると、別に誰かから感謝されたり、褒められたりしなくとも大きな快感快樂が生まれるらしい。つまり「人のために尽くす」＝「快感(喜び)」「脳の活性化(若返り)」「免疫力の向上(健康)」へと結びつく。これを「社会脳」というのだが、つまり脳は元々、他の人のために尽くすと、いくつになっても衰えず発育する性質を持っているということになる。

平たく言えば、思いやりと利他の精神で、いつも人のことを思い、周りの人が幸せになるよう行動をしている人は、ボケることなくいつまでも元気に生き生きと生きられるということになろう。

太古の昔より多くの種が絶滅してきた中で人類が生きのびて繁栄できたのは「共にたすけ合う」、そして人のために尽くすと喜び快感を味わうことが出来るミラーニューロンという社会脳を元々人間が持っていたからだ。

こう考えていくと、「最もよく奉仕する者、最も多く報いられる」また「超我の奉仕」という目的を持つロータリーに身を置く私達は、この目的に向かって行動し、自己変革が出来たならば、世界に向かってたすけ合える人的ネットワークを広げていくことができ、良き友を得て、人から喜ばれ、感謝され、良き人生を生きられるであろう。

また、ミラーニューロンは共感細胞であり、一人の利他の喜びは周りへと共感伝播し、それがひいては世界へとつながる。まさに、本来人間は世界平和ができるようにつくられているということなのである。ロータリーは、その組織力と培ってきたノウハウで、世界的なインパクトを与えることのできる独特な力を持つ団体である。お互い様、そこに身を置いていることの意味をもっと良く自覚し、有意義なロータリーライフを過ごしたいものだ。

幹事報告

- ・7/8(土) 青少年交換プログラム受入説明会 於ウインクあいち 山田青少年奉仕委員長・古橋カウンセラー・谷口幹事・事務局員出席。
 - ・7/11(火) 瀬戸北 RC 例会表敬訪問 菊田会長・谷口幹事 出席。
- 次回の例会：7/29(土) 夜間例会 於 GYO²
※7/28(金) 振替分 7/21(金) 休会

ニコボックス

- 箕輪委員長・仲澤委員長・熊澤委員長・舟橋委員長、卓話をお願い致します。森井副会長、会長あいさつをお願い致します。 菊田 利昭君
- 加藤清久さん、お元気に復帰していただき、とても嬉しいです。 菊田 利昭君、舟橋 龍秀君
- 加藤さんおかえりなさい。楽しみにしていました。これからも沢山おいしいお酒を一緒に飲みたいです。 谷口
- 加藤清久さん、お元気でなにより。野田さん、おめでとう。頑張ってください。 江尻 豪君
- 加藤清久さん、復帰おめでとうございます。お元気そうでなによりです。これからもよろしく願います。 熊澤 功君
- 長らくご無沙汰致しました。今後とも宜しく願います。 加藤 清久君
- やっと出席できるようになりました。とても嬉しいです。 金森 俊輔君
- 本日健康トレーニングです。暑さに負けない身体づくりをテーマにお届けします。田中 祐子さん
- 今日は久しぶりに会長挨拶代行をつとめさせていただきます。 森井 晴生君
- 加藤清久さん、お帰りなさい。お元気でなによりです。 山田 直樹君
- 本日早退致します。 桜井 雅博君

委嘱状伝達



古橋 裕志君へ青少年交換
カウンセラーの委嘱状を
伝達

健康トレーニング



7/7 (金) 卓話



「会長所信表明」

会長 菊田 利昭

前年度に続き、思いがけず本年度の会長も引き受けることになりました。責任の重さを痛感し、身の引き締まる思いです。

ただ、会長も2年目となると負担も大きくなりますので、井田さん、山田さん、森井さんの3名に副会長をお願いし、サポートしていただくことになりました。井田さん、山田さん、森井さん、お引き受けいただきありがとうございます。会員の皆様にも何かとご迷惑をおかけするかもしれませんが、精一杯務める所存です。

前年度は、当クラブの課題として、①これまでの伝統の継承、②新たな奉仕事業の模索、③会員増強を挙げました。①のこれまでの伝統の継承については、前年度はコロナ禍の影響をうけつつも、すべての例会を予定通り行うことができました。また、苗木配布等の事業も行うことができました。このことにより、例会や事業のノウハウをある程度継承できたのではないかと思います。②の新たな奉仕事業の模索については、旭野高校への図書の贈呈や、ゴリラ 2023 への協賛等、新しい奉仕事業に取り組むことができました。本年度は補助金事業としてオレンジボン運動(子ども虐待防止)にも取り組む予定です。③の会員増強については目立った成果は得られませんでした。今年度から1名のメンバーが入会していただける予定です。以上のとおり、前年度に挙げた課題について一定程度の成果を上げることができましたが、まだ十分ではなく、本年度も引き続き取り組むべき課題だと考えます。さらに、会費をどうするかという難しい問題も残っています。まだまだ課題は山積ですが、皆様のお力をお借りして、よりよいクラブにしていきたいです。

本年度の国際ロータリー会長のゴードン R. マッキナリー氏は、2023-24 年度の国際ロータリーのテーマを「世界に希望を生み出そう」と決めました。また、本年度の第 2760 地区ガバナーの酒井法丈氏は、2023-24 年度の地区方針として「培おうプライド、育もうブランド、そして未来へ!!」を掲げました。これらを受け、本年度の尾張旭ロータリークラブのクラブ方針を「ロータリアンとしての誇りを持つ」としたいと思えます。諸先輩方から、ロータリーのバッジに恥じない行動をしよう、というお話を何度もお聞きしました。ロータリアンであることは、私たちにとって大変名誉なことであり、誇りであります。この気持ちをずっと持ち続けていきたいと思ひ、このクラブ方針としました。

尾張旭ロータリークラブをより素晴らしいものにしていくためには、皆様のお力が是非とも必要です。これからもご指導ご鞭撻いただきますよう、何卒よろしくお願い申し上げます。

「委員長事業説明」 クラブ管理運営委員長

熊澤 功

今年度クラブ運営委員長を務めます。よろしくお祈りします。クラブ計画書に沿って、事業説明を致します。

例会運営委員会としては、50年を越える当クラブの伝統を守りながら、参加意義をより感じられる、明るく活気あふれる例会、会員間の親睦がより一層深まるようなアットホームな例会を目指します。また、毎月、健康トレーニングを例会にて開催します。

プログラム委員会は、伝統は重んじながら、会員とのコミュニケーションを図り、毎回の例会を楽しみに出席したくなるような新しいプログラムの提案を行っていきます。また、地域や会員間の交流を深めることを意識した運営を目指し、他委員会と協力して、会員以外の方々も参加できる開かれた例会の開催計画を行います。

ニコボックス委員会は、ロータリーの奉仕活動の財源となる寄付を会員の皆様から広く募り、奉仕活動の更なる活性化に繋げる。ニコボックスを通じて会員の皆様が和気藹々と集い、繋がりを豊かにできる雰囲気作りをします。そして、ニコボックスの運営及び管理、ご寄付頂いた皆様からのメッセージは原則例会にて、お名前、コメントを読み上げ感謝の意を表します。

親睦活動委員会としては、ロータリーは親睦を目的として出発しました。そして120年近く時を経た今でも親睦は奉仕と並びロータリーライフを支える2本の柱です。今年はアフターコロナの年度になりますので、インクルーシブなクラブ作りを念頭に親睦活動を進めていきたいと思ひます。現在の計画は、夜間例会（7月・6月）と新会員が入会時にウェルカムパーティーを開催。家族会（12月）と、結婚記念日・誕生日にブーケ・記念品の贈呈。

会計委員会は、会計処理の監査及び会員への会計方針を説明し、会計内容について、会員に理解を深めて頂くよう説明します。

7/14（金）卓話



「委員長事業説明」
会員増強・クラブ戦略
委員長 箕輪 良孝
 会員増強は永年の取り組みなくてはならない事業です。近年急激に会員減少した我がクラブでは、最優先の事項

ですが中々成績が上がらないのが現状です。ロータリークラブの内容もずいぶん変化し従来の考え方ではまったく成果がありません。今期はクラブ戦略委員会と合わせた委員会となり、委員会構成を今日お配りしたメンバーで進めます。8月1日に地区で会員増強セミナーがあります。それを受けて8月19日（土）にディナーワーキングとして第1回目委員会を開催します。続いて8月25日例会が会員増強クラブフォーラムになっていますので、会員のご意見を頂きたいと考えています。2回目は1月19日に開催します。皆さんの周りにいつも気を配ってロータリークラブに興味のありそうな方を見つけてください。

「委員長事業説明」
公共イメージ向上委員長 仲澤 昌容

本年度の方針としましては、デジタル化を推進してまいります。そして、本年度の事業計画と致しましては、昨年にできなかったホームページのリニューアルを行いたいと思ひます。また、週報のタイトル写真を毎月変更し、季節感をお届けできたら良いとおもいます。そして、毎月ロータリーの友からピックアップして、皆様へ共有していきたいと思ひます。また、例年通り催事への協賛をしていきます。

「委員会事業説明」
奉仕プロジェクト委員長 熊澤 功

それぞれの奉仕委員会の事業説明を致します。社会奉仕委員会は、今年度新しい社会奉仕事業の実施を目指します。

計画と致しましては、例年通り尾張旭市民祭に協賛して苗木の配布・各種団体への寄付。そして、地区補助金事業として、オレンジリボン【児童虐待防止・子育て支援啓蒙活動】への協賛致します。皆様のご協力をお願い致します。

職業奉仕委員会の本年度の方針は、最近の職業奉仕の考え方が少しグローバル化して変化していますので、会員の皆様と協議しながら理解を深めたいと思ひます。事業計画は、会員への職業倫理の理解・商工会関係の事業（優良従業員表彰等）・適切な職場例会です。

国際奉仕委員会は、少人数クラブなので、独自に行うことは無理だと思ひ、地区の考えに助成できれば考えたいと思ひます。事業としては考えていませんが、他の奉仕活動に協賛しても良いと考えています。

青少年奉仕委員会の方針は、当クラブは、長年青少年奉仕事業に力を入れてきました。今年度も実りある事業を計画し、実行していきたいと思ひます。事業計画としては、

- ① 保育施設・児童施設への備品贈呈
- ② 尾張旭市子ども連絡協議会協賛
- ③ 尾張旭市商工会協賛
- ④ 尾張旭市地域活動連絡協議会
- ⑤ 尾張旭市内音楽活動支援
- ⑥ 旭野高校図書館書籍寄付
- ⑦ 予備費



「委員長事業説明」
ロータリー基金委員長 舟橋 龍秀
 ロータリー基金委員会の本年度の方針は、クラブ会員にロータリー財団

についてより理解を得られるよう努力したいです。事業計画は、ロータリー財団寄付目標

- ・年次基金：1人150ドル以上
- ・ポリオプラス基金：1人30ドル以上
- ・恒久基金：クラブでベネファクター1名もしくは、1000ドル以上
- ・その他：地区で大口寄付5名
 ポール・ハリス・ソサエティ5名

尾張旭市長へ表敬訪問

日 時：2023年7月18日（火）
 場 所：尾張旭市役所
 出席者：菊田 利昭会長・谷口 亜弥幹事

