



飯淵年度 (2019~2020) 岩槻東ロータリークラブ週報



第28例会 2月4日(火)1881号
会 場 市民会館いわつき 301
点 鐘 12:30

テーマ 外部卓話 地区職業奉仕部
門委員長 黒白秀之様
担 当 職業奉仕委員会

例会案内

第1882例会 2月18日(火)
第4グループ
「インターシティミーティング」
パレスホテル大宮 (13:30~)

本日の例会

第1883例会 2月25日(火)

会 場 市民会館いわつき 301
例会テーマ 会員卓話

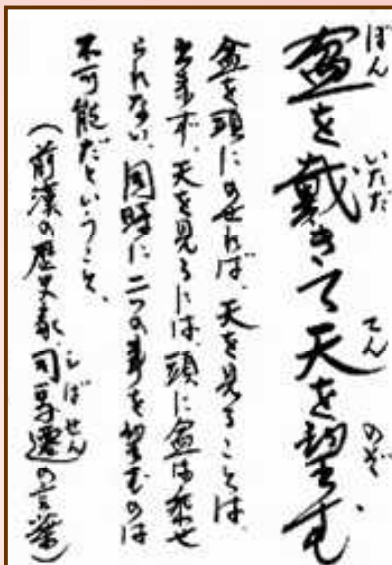
点 鐘 12:30
斉 唱 四つのテスト・ロータリーの目的・我等の生業

ご来客紹介 飯淵昭二会長
会長挨拶 飯淵昭二会長
お客様挨拶
幹事報告 奥津雅史幹事
委員会報告
スマイル報告 例会委員会
例会テーマ
担 当 会報・広報委員会
出席報告 出席奨励委員会
次回例会案内 加藤哲男例会委員長

次回例会案内

第1884例会 3月3日(火)

会 場 市民会館いわつき 301
例会テーマ 40周年記念行事について
担 当 40周年実行委員会



お客様紹介

■ 地区職業奉仕部門委員長 黒白秀之様 (大宮南RC)

会長挨拶 飯淵昭二会長

皆さんこんにちは。黒白さん本日は、卓話にお越し頂き有難うございます。宜しくお願ひ致します。

さて、人間は十人十色いろいろな性格の人がいます。優しい人、すぐ泣く人、瞬間湯沸し器と云われる気の短い人などいろいろです。その性格を決めているのが脳内ホルモンのようです。

脳内ホルモンは100種類以上あるといわれています。以前にもご紹介しましたがそのホルモンとは「セロトニン」「オキシトシン」「ドーパミン」などがよく知られています。

ドーパミンは快感や心地よさを得たいという意欲を生みます。しかし過剰に分泌されると飲酒や薬物、ギャンブルなどの依存症を誘発する恐れがあるそうです。

ノルアドレナリンは生存機能の土台で危険を瞬時に察知、回避行動を起こさせます。過剰になるとストレスに反応し怒りや不安、恐怖などの感情を生み出します。そして、これらの物質たちの暴走をコントロールする調整役が「セロトニン」で治癒力にもかかわる神経伝達物質です。

このように脳には自分の病気を自分で治すホルモンがあるそうです。ホルモンの分泌を整え結果自律神経のバランスが良くなり自然治癒力が高まり、これらのことにより免疫力が高まることになるようです。

薬だけでなく自分の病気を自分で治しましょうということです。これらを促すために3つの生活習慣に気を付けると良いといわれています。毎日10分~30分ほど実行しましょう。

1. 朝日を浴びる
2. リズム性の運動 (ウォーキング、ジョギング、腹式呼吸、読経、歌唱
これらは一定のリズムで集中して行うことこれが大切なポイントです)
3. グルーミング。心地よいふれあい。家族やパートナーとのスキンシップ、指圧や整体などのマッサージ、心の通った友人とのお喋り、ペットとのふれあい、など)

脳内ホルモンのバランスが整い結果健康増進、若返り効果はもちろんのこと相手を思いやり、お互いに分かり合いたいという欲求、ストレスや不安の解消、平常心の維持、何事にも意欲的に対処できる、人との関わりが苦にならなくなる。という心身の不調の改善に有効なことが確かめられているそうです。でも、これは薬を否定している訳ではありません。薬に頼り過ぎず日常生活習慣が大切であるということです。

(東邦大学名誉教授、セロトニンDOJO主宰、有田 秀穂先生 より)



幹事報告 奥津雅史幹事

1. 地区より「台風19号災害義援金ご協力の御礼とご報告」が届きました。
募金総額が3,202,835円に地区より一部負担し、450万円を岩手、福島、長野の3県に150万円ずつ送金しました。
2. 川口モーニングロータリークラブより「アイメイト(盲導犬)寄付チャリティゴルフ」の案内が届きました。
 - ・日時 4月6日(月)
 - ・場所 プレステージカントリークラブ
 - ・締切 2月末日です。
3. 地区より次年度地区役員の委嘱書が届きました。後程、飯淵昭二会長よりお渡しいたします。
4. 国際ロータリー財団室より「財団室ニュース2月号」が届きました。
5. 「にぎわい交流館いわつき」さいたま商工会議所より「説明会開催の案内」が届きました。
 - ・日時 2月19日(水)10:00～
 - ・場所 さいたま商工会議所岩槻支所 2階
 - ・希望者のみ
6. 財団・米山寄付の確定申告用の領収書が届きました。
7. 手をつなぐ育成会の会報が届きました。
8. レターケースに「ロータリーの友2月号」週報が入っています。ご確認ください。



「次年度地区役員委嘱書授与」

田中徹夫 過去ガバナー 諮問委員
 菊池和彦 前ガバナー 補佐 職業奉仕部門委員長
 飯淵昭二 会長 会員増強維持委員会委員
 奥津雅史 幹事 職業奉仕委員会委員
 藤田恵子 会員 補助金運営委員会委員
 以上、次年度でのご活躍を祈念致します。

委員会報告

◆小宮 勇 I M実行委員会委員

I Mの詳細について、
 日時：2月18日(火)
 受付1:30 開会 2:30
 場所：パレスホテル大宮
 集合時間・集合場所などについては後日、事務局よりFAX致します。会費はすでに特別会費より支払済です。



◆菊池和彦クラブ研修リーダー委員長

飯淵年度も、後5か月となりました。次年度のR Iのテーマは、前回の北京亭にてもお話しさせて頂きましたので、週報をご覧いただけたら宜しいかと思えます。



◆橋本かほる財団・米山担当理事

本日、確定申告用の領収書を配布致しました。ご確認ください。又、2月のレートは1弗110円です。引き続きご協力をお願い致します。



2月 ご結婚記念・お誕生祝い

- 橋本 昇会員 ご結婚祝い
- 中里 仁会員 ”
- 増淵 明会員 ”
- 小泉 真悟会員 ”



今月、誕生日・結婚月の皆様、お目出度うございます。これからもお元気で……。

本日のテーマ 「外部卓話」

◆卓話者紹介 加藤哲男職業奉仕副委員長

(卓話者プロフィール)
 黒臼 秀之様(大宮南RC)
 地区職業奉仕部門委員長
 2008年ロータリー入会
 2015年 会長
 職業分類 洋蘭の生産販売
 (創業35年)



黒臼洋蘭園の代表取締役 農林水産大臣賞 受賞 3回
 (2003年 2007年 2010年)
 2009年皇太子殿下行啓

◆卓話 黒臼 秀之様(大宮南RC)

(テーマ…今後の職業奉仕について考える)

本日は、卓話にお招き頂き誠に有難うございました。私も職業奉仕については未だ余り詳しくはありません。以前セミナーを行った時のお話やRI元会長の田中作次様のお話などをまとめてみましたので、スクリーンにてご紹介しながらお話をさせていただきます。(以下、プロジェクター・スクリーンにての放映が行われました。)



岩槻東ロータリークラブの
 皆さんこんにちは

本日は、貴重な例会の時間へ地区職業奉仕委員会の卓話の時間を頂き感謝申し上げます。「奉仕の理念」の実践への理解を深め職業奉仕へお役立て頂けましたら幸いです。

Rotary 2019-20年度テーマ
「ロータリーは世界をつなぐ」
 マーク・ダニエル・マローニー会長
 (Rotary Connects the World)
 2019-20年度には、「ロータリーは世界をつなぐ」のテーマの下、ロータリーの奉仕を通じて、有能で思慮深く、寛大な人びとが手を取り合い、行動を起こすためのつながりを築いてまいりましょう。
 ロータリーは世界をつなぐ
 地区活動方針
 「ポリオ撲滅活動からクラブ活性化へ」
 職業奉仕委員会

RID2770 職業奉仕部門セミナー 2019.9.20

「職業奉仕」から
 「奉仕の理念」へ
 -伝統的「職業奉仕」論を乗り越えるために-

日本のロータリー 100周年実行委員会
 ビジョン策定委員会 委員長
 RID2840 (群馬) パストガバナー
 本田 博己 (前橋ロータリークラブ)



「ロータリーの奉仕とは人のために役立つこと」

「ロータリーでは人を幸せにするために奉仕する喜びを味わうことができる」

「人のために役立つことが自分の喜びとを感じるのがロータリーの魅力だ」

田中作次 元RI会長講演『ロータリーの魅力』
 (RID2840 地区研修・協議会 2014年4月)



黒臼秀之様にお礼の品(橋本昇会員宅のいちご)をプレゼント致しました。卓話有難うございました。

1/21 第1879号「タイ帰国報告」追記事項



タイ国ピッサヌローク県ワット ドン アパイ 小学校校長先生より感謝状を頂いて参りました。



続シリーズ

ロータリー用語について

信任状 (Credential)

クラブを代表して、国際大会・規定審議会・地区大会などに出席して投票権を行使する者にクラブが与える証明書である。これらの大会その他の会合では、必ず「信任状委員会」―「資格審査委員会」とも云う―が任命されて、各選挙人の信任状の適否を審査し、適正と認められて初めて選挙権を行使できる。クラブの代表者(即ち選挙人)は必ず信任状を携えて大会などに赴かなければならない。

ニコニコBOX・出席報告

- 黒白 秀之様(大宮南RC) 本日、地区職業奉仕委員会から参りました。卓話、お招き頂き有難うございました。どうぞ宜しくお願い致します。
- 飯淵 昭二 黒白職業奉仕部門委員長、本日卓話宜しくお願いします。
- 奥津 雅史 黒白様、本日の卓話宜しくお願い致します。(^^♪)
- 加藤 哲男 地区職業奉仕黒白部門委員長、ようこそ。お待ちしております。本日の卓話宜しくお願いします。
- 阿津澤 清 岩槻久伊豆神社の節分祭に行つて来ました。天候が良かったので、大勢の人が集まっていました。
- 丹野 寿明 世の中からマスクが無くなってきています。もし箱入りマスクを見つけた時は迷わず買っておきましょう。
- 増淵 明 結婚祝い有難うございます。とうとう人生の半分を結婚生活が超えました。
- 菊池 和彦 職業奉仕部門委員長、黒白秀之様、ご多忙のところ卓話を有難うございます。
- (同趣旨) 宮本 和寿 藤田 恵子
遠藤 光治 清水 常三
斎藤 公司 杉田 政男
小宮 勇 橋本かほる
- 小泉 真悟 本日は、立春です。とは言え温かい日が続きますネ。
- 中里 仁 結婚53回、孫8人ひ孫1人います。
- 橋本 昇 結婚祝い有難うございます。
- 萩原 満久 水戸 恵 田中 徹夫

ニコニコBOX金額報告

2/4合計	36,000円
今年度累計	807,906円

出席報告

例会日	総数	出席	欠席	Mu	出席率
2/4 免除4名	29 (4)	22 (2)	5	3	92.59%
1/21修正 免除4名	29 (4)	22 (3)	4	2	92.31%



2019~'20年度 岩槻東ロータリークラブ

例会日 毎週火曜日 12:30~13:30
 例会場 さいたま市民会館いわつき
 クラブ事務局 Tel 048-757-9786
 U R L http://www.iwatsuki-east-rc.org

Tel 048-756-5151
 Fax 048-756-5539

会長 飯淵 昭二
 幹事 奥津 雅史
 会報委員長 藤田 恵子