



会 長 野口 宏 会長エレクト 中村友彦
副 会 長 高橋 清 幹 事 新村千成
プログラム・クラブ会報委員会
辻 彰彦 橋本日吉 板垣克浩
例 会 場 きらぼし銀行 大和支店 4F (毎週木曜日)

事 務 所 大和市大和南 2 丁目 1 番 1 号
大和中央ビル 301
TEL 046-262-1717 FAX 046-262-1818
E-mail : naka-office@ynrc.jp
URL : http://www.ynrc.jp

国際ロータリーテーマ

CREATE HOPE in the WORLD

「世界に希望を生み出そう」

RI会長 ゴードン R. マッキナリー

大和中ロータリークラブ会長ターゲット

「リスタート みんなで語ろう 夢のつづきを」

【本日のプログラム】 8月24日 夜間移動例会「新会員の集い」 会員増強・会員維持委員会

【次回予告】 8月31日 卓話「音楽のお話」 鎌倉中央RC 前田 様

【第2094回例会】 令和5年8月3日(木) 【SL】 藤田 方己 君 【司会SAA】 阿萬 正巳 君

【斉唱】「君が代」「我等の生業」

会長の時間 野口 宏 会長

皆さん、改めましてこんにちは。本日は会員増強・会員維持委員会によるクラブフォーラムとなります。先週の会員増強に関する卓話を聞いた上で、うちのクラブでは具体的にどう会員増強の運動を行なっていくか話し合いになろうと思います。竹野委員長よろしく願いいたします。先週卓話を頂いた岩澤さんのお話では今の入会候補者はしっかりと目的意識持ち、メリットを考えて入会を検討しているという話がありました。

ロータリアンであるメリットって何でしょうか。私が考える一般的なメリットを簡単に書き出してみました。まずは新しい友人が出来ます。その中には一生懸命付き合える友人がいるかもしれません。地域で活躍する経済人と知り合う事で多くの気づきを得ることが出来ます。そのような中で活動することは自己啓発に繋がりますし、自然とリーダーシップも豊かになると思います。また国際的な関係を構築する機会にもめぐり合えます。また一方、別の意見としてロータリーは何かのメリットを求めて行うものじゃないという意見もあると



思います。

今日は科学的にロータリーに入るメリットとは何かを考えてみたいと思います。皆さん、健康で長生きしたいと思っていますよね。私は太く短い人生を希望しておりますが、最後のぎりぎりまで心身ともに健康でいたいと思います。では人間の心身の健康に対する最大のリスク要因はなんでしょうか？たばこ、お酒の飲み過ぎ、ストレス、そして病気、事故など様々思い浮かびますが、最新の研究によると最大のリスク要因は孤独だということです。アメリカの心理学者ジュリアン・ホルトランスタッド教授による孤独と健康に関する研究結果では、心臓発作を起こした患者において、最初の発作から1年間の生存率を様々な因子をもとに調査したところ、最も影響していたのは、たばこやアルコールの摂取量、運動よりも、「友達の数と質」が生死を分ける最も強い因子である事がわかりました。研究チームは、孤独を感じている人は睡眠パターンが乱れたり、ストレスホルモンが増加して免疫システムに異常が生じるなど、健康上の多くの問題を引き起こす可能性があるとして指摘しました。またこれまで孤独だった人が心を許せる友達を一人作っただけで、寿命が最大で15年も延びる可能性があるとも指摘しています。ジュリアン教授は言っています。孤独のリスクは1日たばこを15本吸うことに匹敵、アルコール依存症であることに匹敵、運動をしないことより高く、肥満で

会員数	出席者	出席率	前々回修正	出席免除	欠席者 9名(敬称略)
28名	18名	66.67%	70.37%	1名	原嶋、橋本、池澤、板垣、小柳、向井、中村、苗加、横澤

あることより2倍リスクを高めると言っています。

私たちは基本的な健康には大変気を使っています。野菜を食べたり、サプリを飲んだり、適度に運動をしたり、きちんを休養を取ったりです。しかし社会性(他人とうまくつながっていると思える感じ)、孤独でないという事が重要であることは見過ごされています。

世界で一番孤独な国民は誰か世界繁栄指数の中で社会や地域における人々の信頼関係や結びつきを表す「ソーシャル・キャピタル」のランキングの最新のデータでは日本は全世界167カ国中、141位。先進国の中では最低です。日本より下のランキングだったのは、エジプト、イエメン、最下位はシリア、その次がアフガニスタンでした。日本では孤独を美化する文化があることも影響しているかもしれませんが、これは大変大きな社会問題であると思いますが、あまり報道されることはありません。ちなみに1位はデンマーク、2位はニュージーランドでした。

まだまだお伝えしたい情報はありますが、時間の都合上、ここまでにしたいと思います。もう察しの良い方はお気づきだと思います。ロータリークラブに入会すると孤独から救ってくれる可能性が高くなるのです。孤独から救われると、心身の健康に繋がり、仕事での満足度も増え、幸福度も上がり、深みある人生が送れると思います。

本日の会長の時間 ロータリーは孤独を救ってくれるでした。本日もよろしくお願いします。

幹事報告 新村 千成 幹事

- ①8月Rレートは1ドル=141円です。
- ②「直前会長、幹事ご苦労さん会」ご参加頂きありがとうございました。
- ③例会終了後、臨時理事会を開催いたします。

委員会報告

【お祝いの方々】

親睦活動委員会	小野 泰弘	委員長
会員誕生日	高橋 政勝 君	8月4日
配偶者誕生日	池澤 香織 夫人	8月20日
結婚記念日	石川 達男 君	8月8日
	小柳 智裕 君	8月22日
	北砂 明彦 君	8月27日
	横澤 高太郎 君	8月28日
創業記念日	中村 友彦 君	8月14日

クラブフォーラム

「会員増強について」

会員増強・会員維持委員会
詳細は下記よりダウンロード下さい。

<https://1drv.ms/u/s!AoashCt7SKasiXTIG5FI-Ar1hXHOL?e=0UQxDV>

スマイルボックス 藤田 方己 委員 本日 ￥9,000 累計 ￥89,000

野口 宏 会長、新村 千成 幹事

本日はタクトの練習を致しました。鈴木先生ありがとうございました。毎日暑い日が続きますが、負けないう頑張ります。本日皆様よろしくお願いします。

小野 泰弘 君

今日はロータリーに入会して初めてソングリーダー講習会が開催され参加しました。講師の鈴木さん、分かりやすいご指導ありがとうございました。

鈴木 洋子 君

小野親睦活動委員長いつもありがとうございます。無事

第1回のロータリーソングの指揮勉強会終わりましたね。

石川 達男 君

高橋政勝様、お誕生日おめでとうございます。3分間スピーチ楽しみにしております。

高橋 政勝 君

今日誕生日のお祝いをして頂きありがとうございます。これからもよろしくお願いします。

北砂 明彦 君、

結婚祝い、ありがとうございます。何年になるのでしょうか。お蔭様でいまだ同居してます。

7月27日「直前会長幹事ご苦労さん会」(会場 芳香園 大和店)

