



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】 10月19日 卓話「米山月間にあたり」三荒弘道 様、陈璐 様

【次回予告】 10月25日 夜間移動例会「ポリオデー」会場 シリウス

【第2100回例会】 令和5年10月5日(木) 【SL】 鈴木 洋子 君 【司会SAA】 岸 幸博 君

【斉唱】「君が代」「4つのテスト」 【ゲスト】 田島敏久ガバナー、小松正道ガバナー補佐

【DJター】 磯部芳彦 様(座間RC)

会長の時間 野口 宏 会長

皆さん、こんにちは。本日は2780地区 田島敏久ガバナーの公式訪問となります。

後ほどガバナーから公式訪問の意義についてのお話があると思いますが、本日のガバナーの卓話、またメンバーとの協議会を通して、より魅力あるクラブ作りに繋がればと思っております。ガバナーどうかよろしくお願いします。

本日の会長の時間はRIマッキナリー会長、そして田島ガバナーの方針にも謳われていますメンタルヘルスに絡めて、心と体は密接に結びついているという話をしたいと思います。私はこうみえても気が小さくて、心配事やストレスがあるとすぐ胃にきてしまうタイプです。今までに4回は胃カメラを飲みました。その都度、十二指腸潰瘍の痕跡がありましたと言われたりして、ピロリ菌の除去は2回もやりました。担当していただいた医師からの「胃は心の窓だからね」という言葉はい



つも意識をしていて、何か自分の胃に不快感がある時には、今は何をストレスに感じてるのかなあと、逆に推測するぐらいです。このように心の悩みが、体の健康に影響することは、皆さんも多々経験済みだと思いますが、本日はこの逆で体は心に影響を与えるのかという話をしたいと思います。

1988年ドイツのマンハイム大学のフリッツ・ストラックらはある実験を行いました。その実験は表情と感情の実験です。被験者を二つのグループに分け、それぞれに風刺漫画を読んでもらいます。ただし、第1グループは鉛筆を歯でくわえるよう、第2グループは鉛筆を唇だけではなむように指示したのです。「笑顔」になる第1グループは、この風刺漫画を面白いと感じ、幸福感も上がる傾向となりました。いっぽう「不満顔」の第2グループはこの正反対となりました。顔の表情が感情に影響を与えたのです。アメリカの心理学者のトムキンスも顔の表情筋の情報が脳にフィードバックされることで「楽しい・うれしい」という感情が起こるとしました。つまり「楽しいから笑う」はもちろんですが、「笑うから楽しくなる」というのも科学的に証明されたのです。

笑顔は計り知れない影響をもっています。そして笑

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	17名	65.38%	80.77%	2名	原嶋、橋本、池澤、板垣、小柳、黒坂、向井、苗加、竹野

顔は周りに伝播し、いい影響を与えます。

もう一つは表情ではなく体の動きの例を挙げたいと思います。「頭の上に両腕を伸ばして立つ」といった体を開くポーズを取れば、「無力感」を「自信」変える事が証明されています。こうしたポーズは「パワーポーズ」と呼ばれ、高いパフォーマンスを発揮するのに効果があります。マラソンとかでゴールする際に選手はこういう体を大きく見せるポーズをしますよね。視覚障害をもった選手も同じだそうです。他の選手がした優勝のポーズを真似てるわけではなく、人間本来に備わってる達成感や自信を表すポーズだとされています。脳はそれを覚えていて、そのポーズをするだけでも、気分が上がり、自信が満ちてくるのだそうです。私も先日、地区ゴルフ大会のプレーの前にトイレの個室でこのポーズを取りました。スコアはいつも通りでしたが、小さなミスにクヨクヨせずにプレーが出来たかなあと感じています。

心と体は密接に結びついています。笑顔とパワーポーズ是非試してみてください。それでは本日もよろしくお願いいたします。

幹事報告 新村 千成 幹事

- ①10月のロータリーレートは1ドル149円です。
- ②事務局のパソコンに不具合が生じております。

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	板垣 克浩 君	10月5日
	北砂 明彦 君	10月18日
結婚記念日	岸 幸博 君	10月7日
	土屋 大輔 君	10月10日
入会記念日	入江 公敏 君	10月13日



卓 話

「ガバナー公式訪問」

2023～24年度

第2780地区ガバナー

田島敏久 様

第6グループガバナー

補佐 小松正道 様



自己紹介

私は、1943年12月6日生まれの79歳です。

職業分類は、産婦人科医師です。

東京慈恵医科大学を卒業後の略歴は次の通りです。

田島 敏久

昭和44年3月 東京慈恵医科大学卒業。
昭和48年5月 細胞診指導医(No.195)最年少取得。
昭和50年9月 医学博士。昭和55年東京慈恵医科大学講師。
昭和55年7月 東京慈恵医科大学第三病院診療科長(部長)。
昭和58年4月 岳父より児玉産婦人科を継受し、慈誠会病院院長となる。
平成13年 相模原市産婦人科医会会長に就任。
平成19年より 相模原市医師会子宮がん検診部会長。現在に至る。
神奈川産科婦人科医会理事に就任。現在に至る。
日本産婦人科医会代議員。現在に至る。
関東ブロック産婦人科医会監事。現在に至る。
神奈川産科婦人科医会公衆衛生委員会委員。現在に至る。
平成22年より 東京慈恵医科大学同窓会役員(湘北支部長)
平成23年より 神奈川産科婦人科医会公衆衛生委員会委員。現在に至る。
令和3年より 日本産婦人科医会理事
神奈川産科婦人科医会 神奈川支部長



1) RI会長・GORDON声明の戦略強調事項の推進

ゴードン R. マッキナリー会長は、ロータリーが平和やメンタルヘルスのために活動し、世界に希望を生み出すよう呼びかけています。
また、そのためには対話を通じて信頼を築くことが重要であると訴えています。

Rotary
Rotary International D2780

2) 会員増強・維持・新CLUB拡大

- ① 和を以て貴しとなす精神で、例会出席が楽しく、奉仕活動は積極的に地区補助金利用、更にGLOBAL補助金利用考え会員維持増強に努めたい
各CLUB目標設定：5～7%台を期待
- ② 女性会員の増大の期待～20%

Rotary
Rotary International D2780

3) 青少年育成

- ① インターアクト支援。更なる新CLUB拡大
- ② ROTERACT CLUB支援・拡大協力関係を持つこと
- ③ 青少年交換事業の理解と応援「3年振りに事業展開を再開」

Rotary
Rotary International D2780
2023-24

4) ROTARY財団への年次寄付をしましょう

奉仕活動は FOOT WORKか寄付のいずれかで頑張りましょう！

- 目標① 地区年次寄付 200 \$ / 1 名
- 目標② ZEROCLUB ZEROの継続と全会員寄付の達成。
- 目標③ 恒久基金 1,000 \$ 以上 / 1 CLUB

Rotary
Rotary International D2780

5) 米山奨学会寄付

国際社会で活躍する優秀な留学生を奨学することを目的とし将来母国に戻り、日本との懸け橋となって頂きロータリーの理想とする国際平和の創造と維持に貢献する人となるよう支援しましょう。

寄付目標：2万円以上 / 1名、普通寄付 + 特別寄付と考えております。

Rotary
Rotary International D2780
2023-24

6) POLIO根絶の推進

- ① POLIO根絶CAMPAIGN促進
POLIO DAY：10月25日 チャリティーコンサート
- ② POLIO寄付の推進（目標10万 \$: 40 \$ / 1 名）

Rotary
Rotary International D2780
2023-24

7) 『1 CLUB 1 PROJECT』の継続と奉仕
PROJECT支援

2019-20年度テーマ「1 CLUB・1project」を
継続し推奨します。

8) 各GROUP—AG指導の基、IMを実施

各グループIMの実施（早期企画をお願いします）

9) CLUB戦略VISION 策定推奨

各CLUBでは 今後5年間の中期VISION 策定し
その実現する為の各CLUBに戦略計画委員会を
立上げ、活動をしていただきたいと思います。



貴重なお時間を頂きありがとうございました。

スマイルボックス 中村 友彦 委員 本日 ￥23,000 累計 ￥167,000

田島 敏久 様(相模原西RC)

今日は、本日ガバナー公式訪問にきました。よろしく
お願いします。

小松 正道 様(海老名RC)

野口会長、新村幹事をはじめいたします、大和
中ロータリークラブの皆様、いつもお世話になっており
ます。今年度、第6グループガバナー補佐、海老名ロー
タリークラブの小松です。本日は、田島ガバナー公式
訪問で例会に参加させていただいております。よろしく
お願いいたします。

磯部 芳彦 様(座間RC)

ガバナー公式訪問とは知らず、お邪魔いたしました。
本日よろしくお願い申し上げます。

野口 宏 会長、新村 千成 幹事

田島ガバナー、小松AG、座間RC磯部様、ようこそ
お越しいただきました。本日どうぞよろしくお願いしま
す。当クラブでは、10月までクールビズ期間となります
ので、改めて周知させていただきます。

高橋 政勝 君、岸 幸博 君、鈴木 洋子 君、
阿萬 正巳 君、辻 彰彦 君、石川 達男 君

座間RC磯部様、大和中へようこそお越しください
ました。田島敏久ガバナー、本日のクラブ協議会よろ
しくお願いいたします。

後藤 定毅 君

田島ガバナー、小松ガバナー補佐、ようこそ公式
訪問にお越しくださいました。本日は楽しいアドバイス
をお願いいたします。座間の磯部元ガバナー補佐、
法人会会長職退任されましたが、ご苦労様でした。

長野 俊八 君、高橋 清 君

田島敏久ガバナー、本日は公式訪問においで下
さいましてありがとうございます。よろしくご指導のほど
お願いいたします。

大根田 裕志 君

田島敏久ガバナー、大和中RCにお越しいただきあ
りありがとうございます。本日の卓話よろしくお願いいたし
ます。

岸 幸博 君

結婚記念を祝っていただきありがとうございます。

北砂 明彦 君

田島敏久ガバナー、小松ガバナー補佐、ようこそ
お出でくださいました。本日はよろしくお願いいたしま
す。会員誕生日祝いありがとうございます。本年61歳
となります。大和中RCを見渡しますとあと30年は頑
張らないと。

土屋 大輔 君

結婚記念日お祝いありがとうございます。最近
は忘れていた記念日でした。今年は妻にもアピールしま
す。