



SUITA ESAKA ROTARY CLUB

CLUB WEEKLY BULLETIN

創立年月日/1990.2.27

事務所/〒564-0063

吹田市江坂町1丁目23番101号(大同生命江坂ビル12F)

TEL06(6821)0222 FAX06(6821)0206 E-mail:esaka-rc@lake.ocn.ne.jp

例会場/新大阪江坂 東急イン・3F 〒564-0051 吹田市豊津町9番6号 TEL06(6338)0109

例会日/毎週火曜日 12:30~13:30

会長:西山俊明 幹事:新井性哲 会報委員長:延秀恵

2014年2月4日 第1121回例会(第1120号)

本日の例会

今週の歌 「君が代・我等の生業」

卓話 「歌唱指導」

栢本淑子 会員

次回例会のお知らせ(2月18日)

クラブフォーラム

「クラブ財政について」

西山俊明 会長

前回(1月28日)例会記録

会長の時間 西山 会長
はじめに

和田会員より、昨年12月をもって退会する旨の申し出があり、理事会としても慰留を検討してきました。しかし、残念ですがご家族のご意向もあり、一旦、退会を受理いたしました。

最もよく奉仕する者、最も多く報いられる

1月は、ロータリー理解推進月間です。本日は、奉仕の理念の「最もよく奉仕する者、最も多く報いられる」について、お話しします。当初の提唱者シェルドンは、経営学の専門家ならびに教育者であり、経営学の立場から、科学的に事業を進展させる方法として、職業奉仕の重要性を説いたわけです。のちに、これは奉仕の理念として提唱されてきます。持続して繁栄し発展している企業に共通してみられる特徴をサービスと名付けました。その内容として、顧客に満足を与える経営方法と、事業における人間関係学を上げています。前者の経営方法としての主なものは、高い品質、適正な価格、豊富な品揃えなど。後者の主なものとして、利益は事業主のみのものではない。事業は従業員、取引業者、

顧客、その他によって支えられている。これらの人々に利益を適正に配分すれば、事業は継続して発展することになる。同業者は、その事業態度をまね、業界全体の職業倫理も向上することになるとしています。

「ギブ&テイク」という言葉を人間の行動科学として分析した、組織心理学者アダム・グラント教授(ペンシルベニア大学)の著書が日本で翻訳されています。与える人をギバーとし、受け取る人をテイカ、ギブとテイクのバランスを取る人をマッチャーとして、分析をしています。ギバーは、まず相手のことを考え、真っ先に相手に与える他者志向です。ギバーは、寛大であることから、同僚から尊敬と信望を集め、人をみな「大きな可能性を秘めた人」として見るので、ギバーは、リーダーやマネジャーやメンターの役割を果たしている。成功するにはギバーでなければならないとしています。

ビル・ゲイツは、「人間には二つの大きな力 利己心、他人を思いやる心 がある」と主張し、この二つを掛け合わせて原動力にすると、最も成功できると述べています。ギブ&テイクのギブの精神、ビル・ゲイツの言葉も、職業奉仕の理念と根本は同じと思われます。

出席報告 赤尾 委員

【1月28日】

在籍会員 33名(内出席規定適用免除者 9名)

出席会員 27名(内出席規定適用免除者 6名)

ホームクラブ出席率 90.00%

12月17日のMUを含む出席率 96.67%

関西大学 R A C 例会出席担当

2月第1例会 10日(月) 移動例会

第2例会 21日(金) 移動例会

出席:八橋、赤尾、芳賀、今村、庄瀬、
西本各会員

幹事報告

新井幹事

2月度定例理事会は、都合により2月4日から2月18日に変更いたします。理事・役員の皆様よろしくお願いたします。

第2組IMの登録料3,000円は、クラブ財政状況を考慮して、今年度より全会員負担でお願いいたします。出席委員会で集めていただきますのでよろしくお願いたします。

ニコニコ箱

赤尾会員 寒い夜、熱かんと美味しい鍋料理、楽しい、情報集会でした。感謝。

金馬会員 バッジ忘れました。

北村(康)会員 西山会長以下役員の方々、あと半年頑張ってください。

本日分 18,000円

累計 753,000円

卓話

「砂蒸し風呂」(1月21日・第1119回例会)

成松重人会員

砂風呂(砂蒸し風呂)とは温泉の湧出する砂浜などで全身を砂中に埋めて蒸し温める方法で、鹿児島県指宿(いぶすき)では天然砂蒸し温泉、大分県別府では砂湯(古くは沙湯)と言われていました。

指宿では、砂むし湯治が約300年昔の元禄16年(1703)頃から行われており、摺ヶ浜を中心に汀線近くに泉源があり、波打ち際の砂むし入浴は、温泉が地下を海岸に向かって流れていて、その温泉で温められた砂を利用しています。南北約1kmにわたる砂浜で砂浴が可能で、これほどの規模は、国内ではここだけです。但し、その波打ち際でできるのは、潮位の差が大きい大潮の干潮時に行いますが、砂が乾くまで、約1時間かかり、1日のうちで、利用できるのも自然にも左右されます。

昔から人々に語り継がれてきたその効果が、鹿児島大学医学部田中教授を中心としたリハビリテーション科による医学調査により解明されました。

この結果、判明したのが心拍出量(心臓から全身へ送り出される血液量)の増加と深部体温の上昇など。そして、「砂むし温泉の効用は普通の温泉の3~4倍。顕著な循環促進による未しょう老廃物の排出や炎症性、発痛性物質の洗い出しと、十分な酸素、栄養の供給がその効果の源」と結論づけられ、「神経痛や腰痛、脳卒中後遺症の疼痛、こわばりを伴う疾患に効能あり」と一般的に言われてきたのは、血

液の循環促進が大きな役割を果たしていることが医学的に解明されました。

特に通常の温泉と違い3つの点が挙げられています。

- ・寝て入るため血液が心臓に環流しやすい
- ・砂の圧力で心臓から送り出される血液の量が増加する
- ・55度前後の高温が血管を拡張し、心機能を高め全身環流を促進する作用がある

健康のためにも、身体をあたためる砂蒸し風呂をお勧めします。

旅行のプロがいらっしゃり、健康のプロであるお医者様がいらっしゃいますが、個人の趣味とってお許しください。この身体によい砂蒸し風呂は、鹿児島にありますがお宿は色々ありますので、お宿の事は、そのプロにご相談ください。

卓話

「上級ライラの報告」(1月21日・第1119回例会)

関西大学RAC

森井永実さん

今回のライラ研修で学んだ事は、「自律」の大切さです。社会人になると強制されることが少なくなります。限られた休みの中で、自分の時間やお金を最大限に活かせるよう、自分の核となるものを考えます。その為に教えていただいた、日記や読書、人に会うことをこれからも続けていきたいです。

またライラを機会に、RAC活動の意味を考えました。入会当初は、年齢の異なる方々とのコミュニケーションの取り方・初対面の場に困惑しました。しかし経験を重ねるうちに、少し自信を持てるようになりました。今後さらに、目標立てと振り返りを繰り返し、人より沢山の物を積めるように、学びの感性を鍛え、人との結びつきを築いていけるRACをこれからも大事にしていきます。

最近、林真理子さんの「野心のすすめ」を読みました。野心、つまり理想を現実には叶えるためには、「気持ち」と「努力」が必要であると仰っていました。車で例えるなら、「気持ち」が前輪、「努力」が後輪にあたります。前輪だけでは、前に進めないし、後輪だけでも動かない。するべき努力をきちんと重ね、自分で道を切り拓いていけるような社会人になりたいと思います。

今後ともご指導、ご鞭撻のほど、よろしくお願申し上げます。