

国際ロータリー第2620地区
静岡第5グループ



POWER HAMAMATSU
ROTARY CLUB
JAPAN

週報 パワー浜松ロータリークラブ

親睦と奉仕の扉へ

RI 会長 ホルガー・クナーク/第 2620 地区ガバナー 志田洪顯 /会長 中野敬司 /幹事 村田誠

〒430-7733 浜松市中区板屋町 111-2 オークラクトシティホテル浜松内 Tel:053-452-0800

Email:info@power-hamamatsurc.jp http://www.power-hamamatsurc.jp

創立：2002 年 10 月 22 日 認証伝達式：2003 年 4 月 29 日 スポンサークラブ：浜松中 R C



Rotary

第836回例会12月22日(火)AM7:30~8:30

- 会場：オークラクトシティホテル浜松 3 階 チェルシーの間
- 司会：龍谷義行 安間利広
- 点鐘：中野敬司 ■週報：松島弘明
- ロータリーソング：「奉仕の理想」
- ゲスト：ブリリアントパートナー代表 小山由稀様
米山記念奨学生 サイ・ピョー・ミエン・マオさん

出席報告/スマイル報告

会員数 77 名 (内出席免除会員 1 名)
出席数 63 名 出席率 82.89%

- ①中野敬司会長・村田 誠幹事
- ②ロータリー情報委員会
- ③坂神文仁会員

会長挨拶

おはようございます。来年 2 月 25 日に予定されていた IM を中止するというお知らせがガバナー補佐事務所よりありました。

さて、昨日 12 月 21 日は二十四節気の内冬至でした。

太陽が東の南寄りに出て、西に沈む際にも南寄りに沈む。このようなことで、北半球では太陽の位置が一年で最も低くなり、日照時間が最も短くなる日です。

その日照時間の差は、夏至の頃と比べると東京で 4 時間ほど、北海道では 6 時間以上になるそうです。

冬至にはカボチャを食べ、ゆず湯に入る日…という程度の認識しか私にはありませんでした。

このカボチャですが、7 月から 8 月に収穫される夏野菜で、ビタミン、カロテン、など栄養が豊富に含まれているそうです。そして、ゆず湯には血行促進、身体を温めて風邪予防、香りによるリラックス効果があるそうです。

元気に冬を越すために昔の人の知恵、風習だったと思います。また、「一陽来復」という言葉が冬至には付いてきます。

冬至を境にして運が上向いてきて「上昇運に転ずる日」ともされているそうです。

中国や日本では、冬至は太陽の力が一番弱まった日とされ、この日を境に日照時間が長くなり始め、再び力が蘇ってくると考えられていました。

まだまだ憂鬱な日々が続くように思えますが、日中の明るい時間が増えてくることで、気分を少しでも上向きにしたいと思います。

今年最後の例会ですので、私の好きな映画「フーテンの寅さん」の話でも…と思いましたが、「一陽来復」という言葉が目にとまったので、冬至のお話をさせていただきました。

幹事報告

①2 月 25 日(木)に予定されていた第 5 グループの IM が中止になりました。

②1 月 12 日(火)の新年例会ですが、コロナの影響で夜例会から朝例会に変更になりました。

③次年度の地区役員の委嘱状が届きました。

小澤邦比呂会員が国際ロータリー第 2620 地区 2021-2022 年度ロータリークラブプログラム委員会委員長・学友委員会委員・地区危機管理委員会委員に委嘱されました。

委嘱状の授与後、小澤邦比呂会員からご挨拶を頂きました。

委員会報告

無し

議 事

ロータリー情報委員会「ストレスマネジメント」

小山 由稀様から「ストレスマネジメント」について卓話を頂きました。

小山由稀様卓話

※詳細は次ページ



議 事

ロータリー情報委員会「ストレスマネジメント」

小山 由稀様から「ストレスマネジメント」について卓話を頂きました。

ストレスが現代社会の病巣になり、職場を含めあらゆる人間関係の中で、この解決が現在と今後も大変重要な課題になっています。

講師は、公的機関においても 15,000 件以上のコーチングやキャリアカウンセリングを実施し、企業においては離職前のメンタルサポートの重要性を説明しています。

講師がコーチングに出会う前とその後のこと、人との関りの中で自分自身が変化をしてきたことを中心に卓話を頂きました。

今後のロータリアンとしての相互の関り、社会への貢献に大変参考になる内容でした。

小山由稀様卓話



中野敬司会長挨拶



村田 誠幹事報告



小澤邦比呂会員挨拶



スマイル報告

①中野敬司会長・村田 誠幹事

小山由稀様、今日は朝早くから素晴らしいお話しありがとうございました。

私達も、ストレスをコントロールして身体への負担を軽くしたいものです。

今後ますますのご活躍をご祈念いたします。

ありがとうございました。

②ロータリー情報委員会

本日、卓話をして下さいました小山由稀先生、楽しく力のわくお話しをして下さりありがとうございました。

人間関係を大切にしていまいます。

先生におかれましては、これからも頑張って下さい。ご活躍を祈念しております。

③坂神文仁会員

既に静岡新聞・中日新聞でご存じの方もいらっしゃると思いますが、大晦日に弊社ヒューマンアローと松川電気様より児童養護施設 清明寮、すみれ寮、和光寮に年越しそばとアイスクリームを届けます。

私は昨年のプラネタリウム見学会で接待させて頂いた事がきっかけですが、小澤さんは 11 年前より毎年クリスマスにケーキと 10 万円のおもちゃ券をプレゼントしています。

3 施設には親のない子供、親がいても暴力を受けるから帰りたくない子供がいます。

そのような子供達に私達にも出来る事を今後も継続して支援できたらと思っています。