

# THE ROTARY CLUB OF NAGOYA-CHIKUSA



## WEEKLY

# なごや ちくさ

題字 黒野清宇

名古屋千種ロータリークラブ  
 承認 1982年 8月24日  
 例会日 火曜日 12:30  
 例会場 名古屋東急ホテル  
 事務局 TEL763-5110 FAX763-5121  
 会長 池森 由幸  
 幹事 足立 一郎  
 広報・会報委員長 樫尾 富二

No.2 9

### こころの中を見つめよう 博愛を広げるために

### Reach Within to Embrace Humanity

2011~2012年度 RI会長 カルヤン・バネルシー

今日の例会  
 第1399回 平成24年2月28日(火)  
 友愛の日

先週の例会  
 第1398回 平成24年2月21日(火) 晴  
 講演“カラーでアンチエイジング”  
 Rainbow flowers 代表  
 カラーコンサルタント 岩田 まゆ花 様

#### ◆我等の生業

◆ゲスト紹介 Rainbow flowers 代表  
 カラーコンサルタント 岩田 まゆ花

#### ◆出席報告

会員 42 (36) 名 出席 27名  
 出席率 75.00%  
 前々回 2/7 (修正出席率) 94.59%

#### 伊藤直前幹事報告

- 次回例会終了後、第3回クラブアセンブリーを開催致しますので担当の方は お残り下さい。その後、理事役員会を開催致しますので、ご予定下さい。

#### 池森会長挨拶

先週のIM開催に関しましては、宮尾実行委員長をはじめ会員の皆さまには大変お世話になりました。ありがとうございました。

日曜日に他クラブのロータリアンとお話しをする機会がありましたが、皆さん、今回の企画を褒めて下さっていました。

特に、特別講演者の養老孟司氏の選定、懇親会でのソプラノ歌手をはじめとするピアノ・バイオリン等の音楽を選定したことについては、皆さん、大変好評でした。また、司会の足立さん、萩原さんの優しい声も高得点で、受付、接待の皆様方のホスピタリティーもとても「千種クラブらしい」と褒め下さいました。ちょっとした失敗はあったかと思いますが、それを打ち消して上回る評価を得たようです。ありがとうございました。

一息つく暇もなく、4月には地区協議会のホストを務めなければなりません。こちらは三好実行委員長にお願いしてありますので、皆さまどうぞご協力の程、よろしくお願い申し上げます。

さて、千種ロータリークラブに対して、アメリカ合衆国ミズーリー州のカンザスシティ・ロータリークラブから下記内容のメールが届きました。

内容としては、カンザスシティ・ロータリークラブと過去にバナー交換を行ったようで、それをユースキャンプの例会場にディスプレイしてあったようです。写真でも、右側の大きなバナーの一番下の左から2つめが千種クラブのバナーのように見えます。この会場を今回改築されるようで、それに伴い、バナーを展示するスペースも現状の400から1,000にされるそうです。随分古いバナーもあるようですので、できれば新しいバナーを送って欲しいとの要請でした。次回の理事会で、改めて検討させていただきますが、前向きに進めようと思っておりますので、ご意見がありましたらお知らせ下さい。

#### ◆三好地区協議会実行委員長挨拶

I.M.ご苦勞様でした。

4月15日の日曜日ですが、朝から夕方まで、次年度のための地区協議会があります。ホッとしたい東の間ですが、皆様ひとつご協力の程、よろしくお願い致します。

非常に大勢の方が来られますので、受付・交通整理等よろしくお願い致します。

#### ◆川端圭さんよりバナー交換



東京中央ロータリークラブにて

岩田和子さんは18年ほど前に千種クラブにて勤務頂いておりました。ご主人の転勤で現在は東京にお住まいです。今後ますますのご活躍を願っております。

### ◆講演 “カラーでアンチエイジング”

Rainbow Flowers 代表

カラーコンサルタント 岩田 まゆ花 様



#### 1. カラーセラピーとは？

色の心理的・生理的効果を取り入れて心身のバランスをとり、より健康的な毎日を送れるようにすることです。

私達には自分に必要な色を無意識に選び出し、自分でニュートラルな状態に戻すという自然治癒力が備わっていて、知らず知らずのうちにやっています。

#### 2. 色の心理的・生理的効果

色は心と体に影響を与えます。私達は見る色により気分が変わるだけでなく、血圧・血行・筋肉の緊張度・ホルモン分泌までも変わってしまうのです。私達が色を感じるルートには3つあります。

##### ①目（視覚）から

##### ②皮膚から

色は私達が目を閉じていても全身の皮膚に刺激を与え、体のツボや筋肉・血流にまでも影響を与えます。

##### ③チャクラから

チャクラはエネルギーの出入り口で、過剰なエネルギーを体外へ出し、不足したエネルギーを体内へ取り入れる働きをしています。

#### 3. カラーでアンチエイジング

(※注 鮮やかな色は心身への影響が強いため、大きな面積で使うのは避けてください。)

##### ①精力アップ

・赤 性腺の分泌を盛んにさせる。生殖器にパワーを与えるのは第一チャクラで、色は赤。よって、下半身に赤を使うのが効果的。

・日光浴+白 太陽光は内分泌系とホルモンの生成をコントロールしている松果体・下垂体・視床下部一帯の働きを刺激するので、若返りの強い味方となる。日光浴の際は白い下着やズボンをはくこと。

##### ②記憶力アップ

・黄 私達の体が黄色に敏感に反応するようにできているため、黄色を使うと脳の活動が活性化される。音楽を聴きながら黄色を視界に入れ、言葉の学習をすると成果が上がる。

##### ③不眠症の改善

・青 セロトニンという睡眠と深い関係のあるホルモン

の分泌を促進。心の不安を和らげ、眠ることに集中させてくれる。運動神経・神経系統の興奮を鎮める。枕カバーに使うと効果的。

#### 4. 終わりに

今までお話してきましたように、色には心身の健康を左右するほどの効果がありました。しかし、現代の男性の服は黒・グレーがほとんど。これではどんどん老化してしまいます。まずは、下着やネクタイの色から始めてみましょう。気になる色や目立つように見えた色が今の自分に必要な色です。

私は色も食べ物と同じだと思うのです。是非色々な色をバランスよく使って、健康な毎日を過ごして頂きたいと思います。

### ニコボックス

カラーコンサルタント 岩田 まゆ花様

久しぶりに皆様にお会いできますことを楽しみにして参りました。

本日 卓話を担当させていただきますのでよろしくお願い致します。

池森 由幸

先週のI.M.では皆様ご協力ありがとうございました。

川端 圭

先日、帝国ホテルで会議があって東京中央クラブにビジター参加して参りました。150人もいらっしゃいました。

うちのバナーがすてきなので写真を撮っている人がいました。

小林 英毅

宮尾さん I.M.ご苦労様でした

次は三好さんの番ですね

小山 雅弘

宮尾I.M.実行委員長 ご苦労様でした

宮尾 紘司

皆様のお陰で無事 I.M.を終える事ができました。感謝！感謝！です

やっと確定申告モードに入りました

4月の地区協もガンバリましょう！

大口 弘和

I.M. 成功裏に終えることが出来ました

宮尾実行委員長はじめ会員の皆様のご協力ありがとうございました

竹内 眞三

本日早退します

萩原喜代子

林 正路

伊藤 健文

加藤 重雄

喜多 康夫

小杉 啓彰

松居 敬二

三好 親

西川 豊長

大谷 恩

佐野 寛

笹野 義春

鈴木 理之

鈴木 聖三

高橋 智尚

竹内 克豊

舎人 経昭

和田 正敏

吉田 玄

合計 72,000 円



次回例会 平成24年3月6日(火)

卓話 “ブラジルアマゾン川上流域の話” 会員

3階 錦の間

加藤重雄君