

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 愛知厚生年金会館
 事務局 TEL763-5110 FAX763-5121
 会長 宮尾 紘 司
 幹事 水谷 祥 督
 広報・会報委員長 伊藤 健 文

No. 21

ロータリーは分かちあいの心

ROTARY SHARES

2007~2008年度 R1会長 ウィルフリッド J.ウィルキンソン

きょうの例会

第1210回 平成20年1月8日(火)
 新年例会 於 松楓閣



先週の記録

第1209回 平成19年12月25日(火) 曇

◆“それでこそロータリー”

◆出席報告

会員	60 (57) 名	出席	44名
出席率	77.19 %		
前々回	12月14日 (修正出席率)		96.49 %

◆1月会員誕生日

萩原喜代子さん (1/2)	林 正路 君 (1/3)
奥村 彰司 君 (1/4)	吉田 玄 君 (1/6)
川端 圭さん (1/7)	山本 眞輔 君 (1/8)
鈴木 正男 君 (1/16)	油田 弘佑 君 (1/29)

水谷幹事報告

1) 次回例会は午後6時より新年例会で松楓閣にて開催いたしますので、昼間の例会はございません。

◆年末謝礼 愛知厚生年金会館とPDコーポレーション

宮尾会長挨拶

メリー・クリスマス！ クリスマスはキリスト降誕祭で英語でミサの事をmassと書き、christのmass即ちキリストのミサの意味です。では、クリスマスと

サンタクロースはどうして結びついたのでしょう。トルコ生まれでミュラの司教である聖ニコラウスは4世紀実在していました。彼は大変恵み深く、いろいろな人に施しをしていましたが、12月6日に亡くなりました。オランダではニコラウスの祝日を12月6日とし、その前夜に贈物をする習慣がありました。

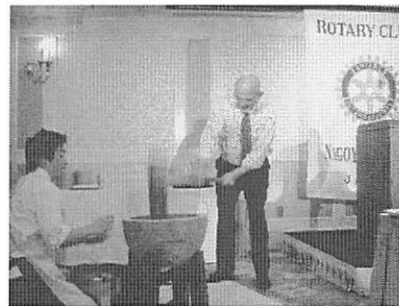
米国のニューアムステルダム(現在のニューヨーク)に移住したオランダ系清教徒によって米国に伝えられ、クリスマスプレゼントをする既存の習慣と結合することになったのです。オランダ語の Sint Klaes の米国訛がサンタ・クロースなのです。南イタリアのナポリに次ぐ大都市であるパリのサン・ニコラ聖堂にニコラウスの遺骸が安置されています。それでは何故サンタの服は赤いのでしょうか？ セント・ニコラウスが赤い司祭服を着ていたからです。赤は自分の血を流しても皆の事を助けるという意味でした。又、赤は庇護や慈愛を象徴する色でもあります。更に1930年代に入りコカ・コーラの宣伝で、赤い服を着たサンタクロースがコーラを飲んでいる広告を発表した為、赤い服を着たサンタのイメージを決定的にしたと言われています。

今日は、今年最後の例会で、後少して本年も終わろうとしています。大晦日の夜、神社では大祓(おおはらえ)の神事が行われ、寺院では108の除夜の鐘を鳴らして煩惱解脱を祈ります。そして年籠(としごもり)と称して神社に籠りこの夜を過ぎた習慣は、元旦未明に神社にお参りする習慣として残っています。

このように我国では、神道、仏教、キリスト教と自己の宗派に拘らず御祝、御祈りします。ここでジョークを。

「日本では、神道の信者が9,000万人、仏教が8,000万人、キリスト教、その他の信者が3,000万人居ます。合計2億人です。そして、一人一人に何を信じていますか？ と聞くと半数は無神論者と言います。そうすると日本の人口は何人になるんでしょう？」

あまり気にせず、今迄どおり、年末・年始を楽しみましょう。年末・年始、お身体には充分気をつけて下さい。



来年も楽しい年となりますようお願いを込めての一振り!

ロータリーの友12月号より

音楽療法

音楽療法とは、「音楽」という手法を用いて人間の精神状態へ働きかけ、緊張と安定を繰り返し、患者の身体的・精神的な問題点を解決しようとするものです。

人間は音楽に対して、身体的・精神的に反応を示します。そうした音楽の持つ特性を活かし、科学的な目を備えつつ、高齢者や病気・障害のある人の心身の機能回復・改善をはかったり、元気な人の健康増進をも目指し、最終的には、生活の質(Quality of Life)の向上を目指す療法です。

音楽は人間に大きな影響を与えます。太古の昔から、音楽が人間の身心を癒やすということは知られてきましたが、科学的にその効果が証明されたのは近代になってからです。音楽を聴いたり、歌ったり、楽器を演奏したりすると、脳内では脳の伝達物質アドレナリンやドーパミン、セロトニンが放出されます。その結果、高揚、発散、鎮静、感情の誘発、浄化、慰め、励まし、正常化、ストレス解消、リラックスなどの効果を得ることができます。それがため

に、免疫力や自然治癒能力が高まり、病気になりにくい体質をつくりあげていきます。

音楽療法のプログラムは、通常55分くらいです。具体的にはストレッチから始まり、腹式呼吸、発声練習、季節の歌を歌うことへと続きます。そして、身体各部位の筋肉運動、特に指の運動で脳に刺激を与え、脳内活性を促します。楽器活動は、身体や感情を自由に放ち、日常生活のストレスなどを発散します。心地よい疲労を伴いながら、すべてのコースを終了することになります。

音楽療法が効果を発揮するとされる病は、アルツハイマー病、認知症、パーキンソン病、脳梗塞後・その他の脳血管障害を受けた人のためのリハビリテーション、脳性マヒや自閉症などの知的・身体障害、統合失調症、そううつ病などの心因性精神障害、PTSDによる各種障害、養護教育や終末医療など多岐にわたります。

わが国の音楽療法は、阪神・淡路大震災以後、人々の間に飛躍的に全国各地に広まったとされています。近ごろは、「予防医学」「代替医療」としても大いに注目を集めています。

(和歌山音楽療法研究会理事長 多田佳代子)

ニコボックス

宮尾 紘司

Merry Christmas!

足立 一郎

浅井 誠寿

江口 武史

服部 正夫

池森 由幸

伊藤 健文

伊藤三津子

伊豫田博明

加藤 重雄

川浦 忠

小林 明

黒須アイ子

松居 敬二

三好 親

西川 豊長

岡田 雅俊

佐久間良治

佐野 寛

笹野 義春

澤田 淳治

鈴木 理之

竹内 眞三

舎人 経昭 遠山 憲孝

半期無事終わりました 来年も

よろしく!

紺矢 寛朗

今年も例会場としてありがとう

ございました

和田 正敏

年末会員家族会欠席しました

社会奉仕副委員長吉田(玄)さん

にお世話になりました 当日大口先

生に御協力を頂きました ありが

とうございます

油田 弘佑 林 正路

奥村 彰司 鈴木 正男

山本 眞輔 吉田 玄

会員誕生日祝い

萩原喜代子

会員誕生日祝い・御主人誕生日

祝い

後藤 滋巳 谷口 優

吉田 節美

夫人誕生日祝い

小山 雅弘 水谷 祥督

結婚記念日祝い

合計

116,000円