

# 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 愛知厚生年金会館  
 事務局 TEL763-5110 FAX763-5121  
 会長 吉田 節美  
 幹事 石黒 正則  
 会報・雑誌委員長 大 口 弘 和

No. 36

### ロータリーの夢を追い続けよう

### FOLLOW YOUR ROTARY DREAM

1998~99年度 RI会長 ジェームスL・レイシー

#### きょうの例会

第803回 平成11年4月27日(火)  
 友愛の日

#### 先々週の記録

第801回 平成11年4月12日(月) 晴  
 6RC合同例会  
 (東・和合・名東・東山・昭和・千種)  
 於:東急ホテル

#### ◆ “奉仕の理想”

#### ◆ 黙 想

#### 名古屋東RC 平松会長挨拶

本日は恒例の6RC合同例会ですが私共のクラブは第1934回の例会となります。今日の主催クラブの昭和クラブさんには厚く御礼申し上げます。

扱て、私共東クラブはこの6月に創立40周年を迎えることとなります。各クラブの皆様方にはこれまでの御指導、御支援に心から感謝申し上げ、又、今後共何卒よろしく御願申し上げます。

今年度も残すところ2ヶ月半となりました。私共のクラブは40周年関連のことで何かと多忙でございますが、どちらのクラブさんも事業はほぼ総仕上げを終えられ余韻をお楽しみ頃かと存じます。次年度の準備もあれこれ始まる頃でもございますし、今年度の会長・幹事の方々にはねぎらいや慰めの言葉がかけられる頃でもございます。

しかし、日本では何事も4月がスタートでございますので、こういう時期に、今日の様な席を賜りますと残り僅かではございますが気分も新たになるというものでございます。

合同例会は諸先輩方のご尽力の賜物ですが、この時期の開催とされましたことについても一層の謝意と敬意を表する次第で、改めて任期終了まで全力を尽くすことを覚悟致しております。

今日の全クラブそして皆様の益々の御発展を祈念申し上げます。挨拶とさせていただきます。

#### 名古屋和合RC 松原会長挨拶

#### 眠りの神秘

本年度のジェームス・レイシーRI会長のテーマは、「ロータリーの夢を追い続けよう」ということです。夢を見るには、まず眠らなければなりません。「人間一生のうち3分の1は眠っている」訳ですので、私などすでに20年以上眠っている勘定になります。

眠りには、脳波の波形からノンレム睡眠とレム睡眠があることは良く知られています。レム睡眠のREMは、Rapid Eye Movementの頭文字を取ったもので、急速眼球運動を伴う睡眠ということです。眠っているときに、顔の下で眼がキョロキョロ動き、顔面や手足がピクピク痙攣したりする、脳にとっては比較的浅い睡眠ですが、骨格筋はほぼ完全に弛緩して、身体はぐったりして動けない状態です。一般にレム睡眠のときに見る夢は、眠りが浅く、脳が覚醒時に近いレベルにあるので、夢の想起率が良いと言われています。その他レム睡眠のときには、性的興奮とは無関係に、ペニスやクリトリスが、1晩に何回も不随意的に勃起しているそうです。

成人では1晩6~9時間の睡眠のうち、ノンレム睡眠とレム睡眠が1組となった、約1時間半の「睡眠周期」を、4~6回繰り返しています。特に寝入り端の3時間に、深いノンレム睡眠(熟睡)が多く現れて脳を休めます。深いノンレム睡眠からいきなり目が覚めると、ねぼけた状態で気分が悪く、浅いレム睡眠からなら気分良く目覚められるので、最適な睡眠時間は、「睡眠周期」である1.5時間の倍数の内、4.5時間、6時間、7.5時間のいずれかが良いそうです。人は誰でも8時間眠らなければならないという訳ではなくて、今より1~2時間睡眠時間を短くしても大丈夫ということが、実験的に証明されています。

老人になると、不眠を訴える人が多くなりますが、24時間の睡眠を詳しく調べてみると、夜から朝にかけての睡眠時間は少なくなりますが、その分居眠りとか昼寝が増えていて、一日合計の睡眠時間は決して減っていないということが判っています。老人の眠りは、乳幼児の様に、一日を何回もに分けて眠るパターンになってきますので、夜十分寝なくても心配ありません。

普通眠気は、夜間に増大するばかりでなく、正午を過ぎたところにも小さなピークがあります。その意味で、シエスタ（昼寝）は大変合理的で、しかも30分以内の昼寝をする習慣のある人は、しない人に比べてアルツハイマーになる危険性が5分の1に低下するそうですので、せいぜい上手に居眠りや昼寝を生活に取り入れて、意欲的に活動して頂きたいと思います。

### 名古屋名東RC 早野会長挨拶

本日はホストクラブの昭和RCの皆様には、大変お世話になります。又、ご列席のそれぞれのクラブの皆様には、日頃からの御厚情に対しまして、厚くお礼申し上げます。

扱て、このところ、金融システムのもたつき、アジア不況、消費不況など、不況3兄弟のお蔭で私ども大変難儀をしているわけですが、もともと、勤勉で貯蓄にも怠りのない我が国の国民性は、余程、先行き明るい見通しが無いことには消費者の財布のヒモはゆるまないと。只今では、先行きの心配から60才から70才の人達も年金を貯蓄に廻しているのありまして、きんさん、ぎんさんに致しましても、テレビに出たり、何かと忙しい。収入もあるわけですから、お金を何に使われるのかと思ったら、老後に備えて貯金をするとおっしゃる。まあ、今日のように成熟した市場では、豊かさへの実感を感じられるようなことがないと、あるいは感動を呼ぶような心遣いがないと、なかなか、物は売れないように思うのであります。

例えば、ワイシャツ1枚作るにしても、店員がお客さんにたずねる。「あなたは腕時計を右にされますか、左でしょうか。」あっ、そうですか、左ですか。それでは、左の袖口を5mm程余裕をもたせて作りましょう。と言ったような心遣いであり、とおおりいっぺんに正確に寸法を測っているだけでは、消費者の感動を得ることは難しいと思います。あまり、お上<sup>かみ</sup>にばかり頼っていても、医師と患者の関係に似て、両方がその気にならないと、一向に景気は良くならないと思うのであります。どうか、皆様の英智をもって、消費不況からの脱出を乞い願うものであります。

### 名古屋千種RC 吉田会長挨拶

本日は恒例の6RCの合同例会が昭和RCのお骨折りにより開催されましたこと、大変嬉しくそしてまた感謝申し上げる次第でございます。

毎年の事乍ら桜の時期に行われる、この合同例会、今年は例年になく大変早く北上しつつある桜前線に比べ、不況と言う名の前線は依然として前方に立ちほだかりまして行きつ戻りつするどころか一向に春の来ない年であります。世間の景気に関係なく季節は一歩後退二歩前進しながら進んで行きます。

歳時記では立春過ぎの寒さを余寒とか残寒と読んで居りますが、寒の戻りは4月にもあります。桜の花の咲く頃の「花冷え」5月であれば「若葉寒」ここ数

年は真冬の1月に暖冬で春になってから寒さが来ることが多く大寒暖波、立春寒波即ち大寒の頃に暖かく立春過ぎて寒くなると言われて居ります。そして自然ばかりではなく、この世の中常識の枠を越えた世紀末と言う表現だけでは言い表せない様な大きく生まれ変わろうとしている様に考えられます。古い時代への、かたくなな想いもあり、抵抗もありますが、それでも時代は着々と新しく変わって行きます。大切なことは今の時代どう解釈するかと言うことでもあります、好不調を繰り返す一時的な現象なのか、それとも時代と歴史が激しく変化する大きな変革の時代と見るかで自ずから対応が変わって来ると。思います。

これ程社会経済文化が激しく移り変わる現在、いつまでも過去の栄光や経験に頼ることなく時代が今どう変わろうとしているかを、しっかり見つけ冷静に対処すべきではないでしょうか。

### 名古屋東山RC 神田会長挨拶

名古屋東山ロータリークラブは、平成8年9月に発足しました。今日まで、皆様から頂きましたご指導、お力添えに厚く御礼申し上げます。

4月は、希望と期待に胸をふくらませ、職業人として社会へ第一歩を踏み出す人が多い季節です。あちこちで、それと分かる姿を見かけます。

ところで、これらの人達について、次のようなことがしばしば言われます。

「3・3・3のサイクル」です。現実の社会は想像していたより厳しく、自分の意のままに仕事を進めることが出来ない場合が必ずあります。社会人となって、3日目、3ヶ月目、3年目頃になると、仕事に嫌気がさして、自分の置かれている状況から身を引きたくなる時があるということです。

私達のクラブも発足後3年目です。いろいろな問題意識を持ちつつも、幸い「3・3・3のサイクル」には陥ってはいません。

ガバナー及びクラブの方針を念頭に置いて、クラブ活動を行っていることをご報告申し上げます。

### 名古屋昭和RC 細野会長挨拶

本日は親クラブであります名古屋東ロータリークラブさんをはじめ、和合・名東・千種・東山の各ロータリークラブ、そして昭和クラブの6ロータリークラブが一堂に会して、盛大に合同例会が開催できましたことに、まずもってお礼申し上げます。

私共昭和RCは、ようやく七年目を迎え、本年度は会長テーマとして「思いやりの心で奉仕活動を」を掲げておりますが、3年後の10周年に向けての事業の一つとして、社会奉仕・青少年活動・環境保全の三委員会を中心にして、昭和区役所の方々と協議をいたしました。その結果、昭和区内の散策ルートを、「THE SHOWA」～歩いてみませんか昭和区～とし、昭和区

を愛する人たちの手づくりによるマップ制作に着手し、その第1号“飯田街道・塩付街道”をこの2月初旬に発刊し、区役所のロビー等で無料で配布いたしております。

21世紀が目前となった今、私たちの生活は、豊かで便利になってまいりましたが、急激な少子化、高齢化が進む中で、人と人との結びつきが大変弱くなり、地域のコミュニティが希薄化していることも事実です。

一方、人と人とのふれあいを大切に、もう一度自分たちのまちを見つめ直し、「人と人との気軽に声を掛け合い、助け合える街」、「楽しくいきいきとした街」への気持ちや願いを大勢の方々がお持ちではないでしょうか。

「THE SHOWA」は、こうしたみなさんの気持ちや願いを大切に、新たな世紀にふさわしいコミュニティや、楽しく暮らせる地域社会を形成しようと、若い人（名古屋短期大学付属高等学校インターアクトクラブ）からご年輩の方（昭和鯨城会）まで、世代を超えたさまざまな分野の方々（昭和区住みたくなるまちづくり研究会）の積極的な参加により、活動を始めたものです。

それぞれの感性や、豊富な経験、知識、技術を提供し合いながら、「自分たちのまちを自分たちで考え創っていく」活動が始まりました。それを、私たちはコラボレーション（共同作業・協調）と、呼んでいます。

10周年を迎えるまでの3年間にあと6号発刊していく計画になっております。どうかご期待下さい。

本日は私共大変不馴であります、会員一同一生懸命準備をいたしました。不行届きの点が多々あると思いますが、どうか時間一杯ゆっくりご歓談をいただきますようお願い申し上げます。

◆次期ホストクラブ 東山RC 神田会長挨拶

~~~~~ 懇 親 会 ~~~~~

◆乾 杯 和合RC 上村 晋也 東名古屋分区代理

◆出席報告

|               |           |         |        |
|---------------|-----------|---------|--------|
| 会 員           | 69 (67) 名 | 出 席     | 44名    |
| 出席率           | 65.67%    |         |        |
| 前々回           | 3月30日     | (修正出席率) | 98.51% |
| ◆ビジター数 (4/13) | 65名       |         |        |

ニコボックス

昭和RC 細野 恭弘会長、安藤鉦太郎幹事

ホストを務めさせて頂きます。

二村 聰君、石黒 正則君、伊豫田博明君、河村 政孝君、菊池 昭元君、小林 明君、小杉 啓彰君、宮尾 紘司君、水谷 祥督君、本山 孝君、西川 豊長君、佐野 寛君、鈴木 正男君、鈴木 理之君、竹内 眞三君、舎人 経昭君、和田 正敏君、山田 壽勝君、吉田 節美君、吉田 玄君 6 RC合同例会では昭和RCさんにお世話になります。よろしく申し上げます。

地区協議会開催間近のお知らせ

ホストクラブ 名古屋中RC

日 時 平成11年5月8日(土)  
登 録 9:30~10:20  
会 議 10:30~16:00  
場 所 名古屋国際会議場

◎特別出席者

次期地区ライラ委員長 中山 信夫  
次期地区青少年交換副委員長 大谷 和雄

◎出席義務者

次期クラブ会長 和田 正敏  
〃 〃 幹事 田部井良和  
〃 クラブ奉仕委員長 秋山 茂則  
〃 会員増強委員長 河村 政孝  
〃 職業奉仕委員長 青山 敏郎  
〃 社会奉仕委員 鈴木 正男  
〃 環境保全委員(代理) 藤堂 至正  
〃 国際奉仕委員 三輪 康  
〃 新世代委員長 吉田 玄  
〃 ローターアクト委員長 吉田 玄  
〃 インターアクト副委員長 萩原喜代子  
〃 ロータリー財団委員長 西野 英樹  
〃 米山記念奨学会委員長 魚津 常義

◎出席義務者(入会3年未満)

神崎 住恵、伊藤 健文、木原 喜造、黒須アイ子、水谷 祥督、本山 孝、酒井 淳二、山本 英次

出席義務者はお忘れのないよう、宜しくお願い致します。

事業所 自宅住所変更のお知らせ

会 員 小坂井 盛 雄 君  
事業所ビル 英和第2ビル内→C1ビル

会 員 酒 井 淳 二 君  
事業所 〒462-0041  
北区浪打町1-52  
(株)名古屋三越OSセンター 本社  
TEL 916-5190  
FAX 916-6641

会 員 谷 口 優 君  
自 宅 〒467-0866  
瑞穂区宝田町6-6-1  
TEL・FAX 872-2299

お知らせ

中根君の退会により、社会奉仕委員長を久保田 皓君に、副委員長を足立 一成君にお願いする事が理事役員会にて承認されました。

## 先週の記録

第802回 平成11年4月14日(水)～15日(木)  
春季家族会(高山祭見学)

### ◆出席報告

会 員 69(67)名 出席 22名(家族13名)

出席率 32.84%

前々回 4月6日(修正出席率) 95.52%

◆ビジター数(4/20) 92名

### 伊豫田親睦委員長挨拶

本日は会員並びにご家族の皆様にも多数ご参加頂きまして有難うございます。

あいにくの小雨模様となりましたが、高山の街並を散策して雰囲気を楽しんで頂きたいと思っております。

### 石黒幹事報告

1. 次回例会は27日となり、例会終了後に理事役員会を開催致しますので、理事役員の方はお忘れのないようお願い致します。

### 吉田(節)会長挨拶



春らんまんと言いつい度い所でございますが、昨日桜の開花宣言があった許りの飛騨高山を訪れての家族例会でございます。沢山の皆様の御参加をいただき、今日と明日共に過ごす事が出来ます事、大変うれしく思っております。伊豫田親睦委員長はじめ委員の皆様方、大変御苦労様でございます

て厚く御礼申し上げます。

今、岐阜県は動く“陽明門”とも呼ばれる豪華絢爛な高山祭もさる事乍ら、宇宙誕生のナゾをとくスーパーカミオカンデや、極限環境開発等を集積する東濃研究学園都市、更には世界遺産に認定された白川村の合掌集落等、世界に向けて大きく動き始めて居ります。私の生まれ故郷でもあります岐阜を大いに宣伝させていただきます、挨拶とさせていただきます。

## 春 季 家 族 会

“ワイドビューひだ”にて名古屋を出発。晴れ間なのぞいたお天気が高山に着いた頃には小雨まじりとなりましたが、屋台のからくり奉納を見学した後、創業205年の老舗、料亭・州さきにて昼食、その後各自、国史跡・陣屋を見学したり飛騨情緒たっぷりの街並を散策(食にさそわれおだんご、おせんべいを頬張る方も)と思いつきの時を過ごしました。



ホテル・アソシアにてフランス料理を！  
高山祭の宵祭りを見るため少し早いディナーとなりました。



夜になって雨もあがり、今回のメインである日本三大美祭と言われる春の「山王祭」が12台の屋台に提灯を付け、町内を順に曳き回され華麗なる夜まつりとなりました。



二日目はバスにて、世界文化遺産の白川郷合掌村へと出発。国の重要文化財の和田家や八幡宮の境内に建てられたどぶろく祭の館を見学し、どぶろく酒の試飲にほほをゆるめておかわりする人も……。

高山美術館では世界から集約したエミール・ガレやマッキントッシュなどの作品を見て回ったあとは庭園へ。

つかの間のティータイムの後、名古屋へと帰途につきました。

### ◆次回例会(5月11日)

講演 “地球環境問題との共生”

日本グリーンビルディング協会 副会長 石黒 隆敏氏(紹介 石黒君)