

THE ROTARY CLUB OF NAGOYA-CHIKUSA



WEEKLY

なごや ちくさ

題字 黒野貞夫

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 大谷和雄
幹事 池田 隆
会報委員長 浅井誠寿

No. 30

まことの幸福は人助けから

REAL HAPPINESS IS HELPING OTHERS

1992～93年度 RI会長 クリフォード・L・ダクターマン

第515回例会 平成5年3月2日(火)晴/曇

- ◇ “君が代”
- ◇ “それでこそロータリー”
- ◇ 出席報告
会員 70(64)名 出席 51名
出席率 79.69 %
前回 2月23日 (修正出席率) 96.88%
- ◇ ビジター紹介 3名
- ◇ お誕生日祝福
新美夫人(2/28)、松居夫人(3/2)、水野(民)夫人(3/6)
- ◇ ニコボックス
鷲野 義明君 雑誌の窓でお耳を汚します。
秋山 茂則君 三月を迎えました。
市原 数男君 早退致します。
今枝 秀夫君 椎間板ヘルニアにやっとサヨナラ出来ました。
松居 敬二君 例会ご無沙汰しました。夫人誕生日祝い。
三好 親君 5RC合同ゴルフがんばります。
笹野 義春君 三月に入ったにもかかわらず今日は雪がちらついています。皆さん、お風邪に気をつけて下さい。
田部井良和君、和田 正敏君 孫君の卒業を祝って。
魚津 常義君 ホームクラブご無沙汰しました。
吉田 節美君 結婚記念日祝い。
水野 民也君、新美 敢君 夫人誕生日祝い。
- ◇ 山本副幹事報告
1. 世界身体障害芸術家協会より写真集のご案内が来ておりますので、ご注文される方は事務局までお知らせ下さい。
2. 地区協議会が5/8(土)ホテルホリデイ・イン豊橋にて行われます。詳しいことは追ってご案内させていただきます。
3. 抜萃のつづりが来ておりますので、お帰り

にお持ち下さい。

◇ 小林国際奉仕委員長報告

R. I. 3810地区(フィリピンマニラ首都圏)直前ガバナーのジョニーC、アルエゴ氏より当クラブの昨年のWCS活動(ダウタウンマニラへの寄付)に対し、感謝状を戴きました。

◇ 米山奨学生 孫 宏業君挨拶



日本に来てからもう3年半がたちました。今年にはドクターコースを卒業して博士号がとれ、とてもうれしく思います。

最後の1年の一番苦しいときに、米山奨学金が戴けて大変助かりました。皆様に感謝の気持ちでいっぱいです。

私は中国では色々な社会活動に参加したことがありますが、例会というのは私にとって初めての経験で、毎月1回皆様と交流できてうれしかったと同時に勉強になりました。

それでは最後にカウンセラーの和田先生初め、皆様にお礼申し上げたいと思います。本当にありがとうございます。

◇ 大谷会長挨拶

桃の節句

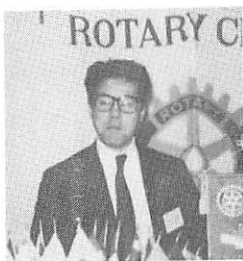
3月3日は桃の節句です。中国で上巳(じょうしー3月はじめの巳(み)の日)に、水辺に出て禊(みそぎ)をし、酒をのんで災厄をはらう行事があり、後に曲水(きょくすい)とすいごすい

の宴となり、桃の酒をのむ風習となりました。日本での上巳の祓は中古、貴族の間で行われ、人形(ひとがた)で身体を撫で、身体のががれを移し水に流しました。この人形が雛人形に発展し、美しく着飾って雛遊びをする風習がおこり、室町時代から女兒のための節供として盛んになりました。じょうみとも重三、桃の日ともいいました。曲水の宴は、曲水のほとりの所々に参会者が座り、上流から流される杯が自分の前を通過しないうちに詩歌を作り、杯を干し流しました。終わって宴を設け、詩歌を披露しました。

枕草子、27段に「過ぎにしかた恋しきもの…ひひな遊びの調度」、144段に「うつくしきもの…ひひなの調度。何も何も、小さにものは、みなうつくし。」とあります。日本の文化は大切にしていきたいものです。

◇講演

“心の健康——右脳を良くするCD”



講師 片山 浩久氏
皆様方、最近どこかで右脳型人間という言葉をおききになったことがあると思います。人間の脳は左右に分かれていて、直感ひらめきは右、論理的思考は左の脳に関係するといわれます。人間右きき左ききがあるように、脳にも左右どちらか一方に偏って考える癖があります。それでは皆様はどちらのタイプの脳をお持ちでしょうか。こんな有名な問題があります。“雪がとけたら何になりますか”“春になる、花が咲く”などと答えれば右脳型、“水になる”と答えれば左脳型となります。

右脳は別名感覚脳、イメージ脳といわれ、クリエイティブな考えを生み出しますが、左脳は極端に言えばコンピューターのような機械的な考えを生み出します。しかし、どんなに優れた人間でもコンピューターに勝る人はいません。ということで、人間にだけしかない想像力豊かな右脳型人間が最近注目を集めています。『右脳を使えない子は頭が悪い』という本がベストセラーになっているのをご存知ですか。たし算、ひき算など簡単な数の問題では、ほとんどの子供で差がないのですが、因数分解や図形といった複雑な問題では、イメージ脳である右脳を使って考えないと問題がとても難しく考えられてしまうため、右脳を使えない子供は解けないということになってしまいます。しかし、これは子供だけに限ったことではなく大人にも同じことが言えるのです。20歳をすぎると老化現象により1日10万個、40歳をすぎると20万個の脳細胞が死んでいきます。右脳の刺激が少ないと老化が早くなったり、ボケやすくなったりすることは、医学

的にも言われていることです。ではどのように右脳をトレーニングすればいいのでしょうか。その1つの方法が、音楽脳といわれる右脳に直接音楽をきかせて刺激を与えるというものなのです。しかし、これには1つ欠点があり、音楽なら何でもいいというのではなく、言葉やセリフが入っていない音楽で、リラックスしたときに脳から出るα波を含んだ厳選されたクラシック音楽でなければいけないということです。老人性痴呆症の初期の段階にこの音楽療法を用いると7割以上の方が回復すると新聞でも発表されました。又一般の方でもストレス、イライラ解消にきくということです。

それではこれから実際にCDで音楽をきいて頂きますが、症状に合ったCDをきくだけという簡単な方法で右脳が開発できるのですから、皆様もご自宅で是非お試し下さい。

◇雑誌の窓

(紙面の都合上次回掲載させて頂きます)

ちょっとPR

人間は立っている時でも100kg~150kg、前かがみで物を持ち上げたり引っ張ったりすると小錦関が乗った位の圧力が背骨の間にある軟骨椎間板にかかるようです。腰痛の殆どは椎間板に関係があり、予防と治療には腹筋背筋を強化する腰痛体操が効果的です。

今枝 秀夫君

◇例会変更のお知らせ

- 名古屋瑞穂RC 3/11(木)親睦例会の為、18:00より
- 名古屋東南RC 3/11(木)職場例会の為、大同特殊鋼(株)知多工場にて
- 名古屋東RC 3/15(月)I. D. M.の為、3/16(火)八事八勝館にて18:00より
- 名古屋空港RC 3/15(月)豊山一城北RCとの合同例会の為、3/16(火)栄東急インにて
- 名古屋南RC 3/17(水)夜間例会の為、翠芳園にて18:00より
- 名古屋名北RC 3/17(水)シンガポール・ラッフルズシティRCとの合同例会のため、18:00より
- 名古屋名駅RC 3/17(水)夜間例会及びI.D.M.の為、18:00より

◇例会休会のお知らせ

(ビジター受付は致しません)

- 名古屋和合RC 3/17(水)定款第4条第1節の為

◇次回例会 (3月9日)

友愛の日(立食)

◇次々回例会 (3月16日)

講演 “ロータリーと私の職業”

会員 成田 良治君