



福山西ロータリークラブ 例会情報



(2020~2021年度)

[第 1420 回例会]-(10)

会 長 佐藤 教夫 幹 事 瀬尾 義裕

クラブ会長テーマ

「ひろげよう、ロータリーの輪を」

日 時 2020年9月29日(火)
12:30~13:30
場 所 福山ニューキャッスルホテル
例会行事 点 鐘・ソング「おお マイフレンド」
「四つのテスト」唱和
ゲスト・ビジターの紹介(出席報告参照)
食 事

例会情報 [会 長 報 告](#)
[幹 事 報 告](#)
[出 席 報 告](#)
[S A A 報 告](#)
[ス マ イ ル 報 告](#)
[プ ロ グ ラ ム 情 報](#)

・ゲスト卓話：丸山 孝志 様

その他情報 [そ の 他 報 告](#)
[メークアップ情報\(来週分\)](#)
[メークアップ情報\(再来週分\)](#)
[今 後 の 行 事 予 定](#)
[ク ラ ブ 活 動 報 告](#)

*Ctrlキーを押しながらクリックするとそのページが表示されます。

【 会 長 挨拶 】

本年度は、10月にガバナー公式訪問が予定されております。

来週10月6日は、ガバナー補佐訪問です。

10月20日にガバナー公式訪問ですが、本日は、ガバナー補佐の谷口様と補佐幹事の東森様をお迎えして、この例会後に準備の打合せを行います。

我がクラブの現状を見て頂き、ガバナー公式訪問時には的確なアドバイスを頂ける様にしたいと思いますので、皆様どうぞよろしくお願ひいたします。

このところ少し落ちついて来たようにも思われますコロナ感染ですが、先日広島県で16名の感染との報道がありました。

現在の国内の感染者数の累計は約82,500名、死者数が1,561名 死亡率1.9%

全世界では、感染者数：3270万人、死者数が991,000名 同3%となっています。

ちなみに、田中パストガバナーの資料をお借りしますと、1918年～1920年に蔓延した、スペイン風邪では、国内の感染者数：2380万人、死者数：388,000人 同1.6%

全世界では、感染者数：5億人、死者数：5000万人 同10%となっておりました。

当時の状況では、もちろん免疫もありませんし、医療も今ほど充実してはいないでしょうから感染拡大も早かったのだと思います。

免疫というには本当にありがたいものだと思います。

昔、ハワイでの事ですが、疫病による被害は相当なものだった様です。ジェームスックがハワイにたどり着いたのが、1778年と言われていますが、これまで全く外界と遮断された状態でしたので、この後の50年で人口が1/10にまで激減したという事も聞いております。

コレラ、腸チフス、天然痘、梅毒、などが蔓延し、特に「はしか」による被害が酷かったようです。

10月より、インフルエンザの予防接種が始まります。高齢者が優先的に受けられるとの事ですので、早々に受けましょう。

近頃はだいぶ朝晩は気温も下がり、むしろ寒い位になってまいりましたので、くれぐれも風邪などに気を付けて過ごしてまいりましょう。

[表紙へ](#)

【プログラム情報】

【ゲスト卓話・・・(特非)グリーンラインを愛する会 理事長 丸山孝志 様】



「あれもコロナ」「これもコロナ」 コロナについてのよもやま話

少し疲れていませんか？時には肩の力を抜いて、でも・・・
いただいた大事な時間です。私の話があなたの心に残りますように。
じつはコロナウイルスに感染するよりももっと恐ろしい事が有る・・・
と私は思っています。

コロナの本当の怖さは「心が難聴になる」ことだと思っています。

大きな音や、やかましい音を聞き続けると 聴力が落ちてしまいます。

それが続くと聴力が戻らなくなります。

コロナ騒ぎの中でだれもが「不安」や「恐怖」を抱き、いつも心は怯え、緊張し、恐れ続けています。それは心を揺さぶる強烈な刺激です。

心をふさぎたくなる不快で不気味な刺激です。

そんな状態がもう何か月も続いています。

あなたのこころもその刺激に傷ついて「こころの難聴」になっていませんか？

ほっておくと、元に戻らなくなるかもしれません。

私がおすすめる「診断」と「治療法」に 少しの間お付き合い下さい。

「心の難聴」

心の感度検査

以下の質問にお答えください。

- 1、最近空が秋の雲に変わっている事に気付きましたか？
- 2、朝晩、虫の声を聴きましたか？
- 3、最近、専門書や雑誌以外の本を読みましたか？
- 4、最近何か感動することが有りましたか？
- 5、最近どんな音楽を聴きましたか？

演歌、ポップス、ロック、クラシック、現代音楽

下の写真を見てどんな気持ちになりましたか？



びっくり、怒り、いら立ち、悲しい、
感動、和やか、可らしい、面白い、
別に何も・・・

- 1、最近公共の場所でマスクをしていない人に会いましたか？ そのときどんな気持ちになりましたか？
- 2、最近、飲食店で盛り上がっている若者たちに会いましたか？ そのときどんな気持ちになりましたか？
- 3、他府県ナンバーの車を見た時「あ！他府県ナンバーだ！」と思ったりしませんか？
- 4、誰かが旅行に行った話を聞いて「こんな時に？」と思ったりしませんか？

今までのあなたと、違う事に気付いていますか？

感情が激しい方に傾いていませんか？

喜怒哀楽が普段より激しくなっていないですか？

普段よりも「無関心」「無感動」「無気力」になっていませんか？

ひょっとするとあなたのこころ

次の写真みたいになってませんか？



「ピンぼけ」「ゆがみ」「変色」

目の異常や、耳の異常は比較的気づきやすいですが 心の異常は注意しないと気づかない事が有ります。

じゃあ・・・

「どうやって心の難聴を防ぐか？」

「どうやって心の難聴をなおすか？」

幾つかアイディアをご披露します。

1、逃げる

今の環境から思い切って逃げてみましょう。

どこかいなかに旅をする。

どこかの島に行ってみる。

「どうしても仕事を忘れられない」ときはパソコンでも、スマホでも自由に持って行ってください。

でも、海を見る、山を見る、鳥の声に耳を澄ます。それは大切です。

2、切り替える

ゴルフでも、スイムでも、トライアスロン(!)でも 思い切り集中できることをやってみましょう。

3、芸術に浸る

彫刻でも、絵画でも、音楽でも、

出来るだけ芸術性の高いものと向き合ってみてください。

まあ・・・ここらあたりまではポピュラーですね。

ここからは私が実際にやっていることをご紹介します。

- 1、日の光を浴びる。できれば朝一、出来れば山か海で・・・。
- 2、自問自答。自分の気持ちを言葉や文章にし、もう一人の自分がそれに答える。
- 3、トイレ掃除
ひたすら便器をこすり、床をこすり・・・。
- 4、吠える（人の迷惑にならないように注意）「ウオー！」でも「ワオー！」でも「ワンワン！」でも。

それから・・・

こんなのも良かったですよ。

（直島、家プロジェクト、「南寺」）



コロナウイルス騒ぎの中で
増えているのは倒産・失業だけではありません。
知らないうちに広がり始めています。
衝動的な暴力、サギ、金融犯罪、居場所を亡く
した子供たち、自閉症、うつ、自殺

《丸山様の卓話を拝聴しての感想》

今自分が置かれた現実で耐えられないような苦痛を感じたら、その場から一旦逃げるのも保身策の一つであり、気分転換をすることにより新たな道も開けますよ。というお話だったと思います。

丸山様、良いお話をして下さりありがとうございました。

社会奉仕委員長：鹿内要秀

[表紙へ](#)

【その他報告】

【米山奨学生レポート・・・グエン,フック リン】

《テーマ：これまでの奨学生の生活で得たものや、日本留学の成果などについて》

日本へ来て、そろそろ一年半になります。一番の成果は、自立です。ベトナムでは、母が身の回りのことを全てしてくれていました。日本へ来て生まれて初めての一人暮らしが始まりました。当たり前ですが、食事、洗濯、勉強、アルバイトなど自分の生活を自分で管理しなければなりません。日本に来たばかりの頃、アルバイトをしながら日本語を学ぶ生活が非常に辛くて、ベトナムに帰りたいと何度か思いました。しかし、様々な国から来たクラスメートと友達になり、冗談を言ったり、励まし合ったりしたことは、大きな励みになりました。また、ロータリー米山奨学会の奨学生の申請準備をしていた時、担任の先生が小論文の書き方をはじめ、面接の時の答え方はもちろん、手足の動かし方に至るまで手厚くサポートしてくださったこともありがたかったです。

奨学生に選ばれたことは私の自立の一つの転機でした。両親に対して「日本でまじめに勉強している」という証明にもなり、大変喜んでくれました。もちろん、私自身も確かな自信を得ました。実際問題として、アルバイトの時間を減らし、勉強に集中することができるようになったのは大きいことです。カウンセラーの竹中先生はとても親切で相談しやすい雰囲気を作ってくださいます。例会の前日には私が忘れないように連絡をくださり、困った時もすぐ助けてくださいます。例会での会員の方々との交流からも様々なことを学んでいます。最初の例会はとても緊張していましたが、会員の皆様が優しく声をかけてくださり、緊張が解けて楽しくコミュニケーションを取ることができました。夏の研修旅行では平和学習、厳島神社での祈祷などたくさんの学びがありました。このような色々な経験は普通の留學生活ではなかなか得られない宝物です。私の自立は、実は、たくさんの方から助けていただいた上で実現していることに改めて気付きました。

[表紙へ](#)