



◆◆◆ 本年度会長方針 ◆◆◆

「和のこころをつなげよう」

例会日/毎週月曜日 12:30 ~ 13:30
例会場/広島サンプラザ TEL (082) 278-5000
会 長/久保田 幸恵 幹事/松野 正信

事務局

〒738-0015 広島県廿日市市本町5番1号
廿日市市商工保健会館4F
TEL (0829) 31-5490 FAX (0829) 31-5491
E-mail / office20@h-hrc.com
URL / http://www.h-hrc.com/

第782回 広島サンプラザ 2013年7月1日

会長時間

会長就任あいさつ

会長 久保田 幸恵

2013年～2014年度会長の久保田でございます。新年度が一（7月1日）から始まり幸先のよいスタートになりました。

本年度の会長方針は、前年度会長方針を引き継ぎ「和のこころをつなげよう」です。

前年度の中井会長は、きめ細かい気配りで「和のこころをつなげよう」で種を蒔かれました。本年度はその種に水まきをし、お日様をあてなくてはなりません。沖田哲義 2710 地区ガバナーの信条は「奉仕活動を見直そう」です。

当クラブの奉仕活動は、2014年2月にサンプラザにて、RCC 地区大会をクラブ主催で開催いたします。おかげさまで、これまでの皆さまのご協力により、RCC・インターアクト・御手洗川植樹・清掃活動と順調に前進して参りました。

本年度は、これら社会奉仕活動に、より多くの会員が参加をし、今以上の信頼関係を深めて参りたいと考えています。

また、新しい奉仕活動に着手したいと思っていますので、会員皆様の一層のご指導ご協力をいただきますようよろしくお願い申し上げます。



卓 話

理事役員就任挨拶

副会長 青木 秀行



このたび、副会長を仰せつかりました青木です。久保田会長の掲げる「和のこころをつなげよう」の方針のもと、さらにクラブ活動を活性化させクラブの発展に鋭意努力してまいる所存です。

この1年は、20周年へ向けての準備年でもあります。諸先輩の成し遂げてきた他に類を見ないわがクラブの奉仕活動は、小クラブながら誇れるものです。この功績と矜持を汚すことなく20周年へ向け維持・発展させなくてはなりません。そのためには、新しい奉仕活動（高次脳機能障害サポート事業等）にも目を向け、飽きることのない革新的挑戦を怠らず前進すれば仲間の絆がより深まりエネルギッシュなクラブが持続できるものと信じています。

今後ともクラブ活動には積極的にコミットしていただき、「和の心」が繋がるようご協力の程をよろしくお願い申し上げます。

会員組織常任委員会
理事・委員長 二村 一弘



会員組織常任委員会の委員長を仰せつかりました二村一弘です。宜しくお願い致します。

前年度までは、大藤前委員長が永年会員増強に尽力されて、37名の会員の組織になりました。私自身まだまだ力不足ではありますが、精一杯努力して行きたいと思います。ご承知のとおり、中井会長年度は会員数37名でスタートし、40名まで増えましたが、残念ながら退会があり、今年度は37名のスタートとなります。会長・副委員長・委員のメンバーと協力しながら、大藤前委員長が出来なかった会員数40名以上の会員



増強を目標に今年一年間行いますので、会員皆様のご協力を宜しくお願いいたします。また、会員維持につきましては、前年度に引き続き、例会及び会報等を活用したロータリー情報の積極的な提供並びに、家族例会、同好会等を積極的に開催したいと思います。

会員増強・維持は、会員皆様のお力添えがぜひとも必要になります。会員相互の絆をさらに強めると共に職業倫理を実践するロータリアンを一人でも多く仲間を迎えたいと思います。

会員皆さまのご指導、ご支援をお願いいたします。

クラブ管理運営常任委員会
理事・委員長 **吉野 篤敬**



本年度クラブ管理運営常任委員会の理事 委員長を務めます吉野です。いたらぬ点は多々ありますが1年間ご協力よろしくお願いいたします。

方針

会員及び会員家族の絆が今以上に深まり、廿日市ロータリー会員の和が広がるよう各委員会において会長テーマの実現を達成する。

計画

1. 各委員会と連携し会員及び会員家族の親睦の和を広げる
2. 出席率が向上するようサポートする
3. 会長方針のもと魅力ある例会プログラムえお計画する

幹事 **松野 正信**



今年度幹事をするようになりました松野です。当クラブ初の女性会長久保田会長のもと、クラブ運営に努めさせていただきます。どうか会員皆さまのご協力のほどよろしくお願い申し上げます。

私が7年前入会して親睦委員会に所属となった時の委員長が久保田会長でした。その当時「久保田さん会長になってください。私が幹事をしますから。」と口走ったことが今日このような結果になりました。脳力の弱い幹事ですが直前会長の中井さんと副幹事経験のある植田さん2名が副幹事をしていただけるということで、心強く思っています。

今年のポイントとして2点あります。沖田ガバナーの信条：奉仕活動を見直そう。「新しい奉仕活動への挑戦」ということで当クラブは高次脳機能障害サポートネット広島への支援をスタートします。もうひとつは

RCC 地区大会が来年2月15日にホストクラブとして開催されます。いずれも会員皆さまの協力なしでは成功しません。どうぞ1年間よろしく願います。



広報常任委員会
理事・委員長
上杉 昌幸



奉仕プロジェクト常任委員会
理事・委員長
渡邊 英晶



ロータリー財団常任委員会
理事・委員長
松本 猛



S.A.A.委員会
委員長
下向 繁美



会計委員会
委員長
松浦 光男



副幹事
中井 克洋



副幹事
植田 敏揮

第783回 広島サンプラザ 2013年7月8日

決算予算報告

第784回 ANAクラウンプラザホテル広島 2013年7月29日

家族同伴夜間例会





第785回 広島サンプラザ 2013年8月5日

会長時間

会員増強及び拡大月間に因んで

会員組織常任委員会 理事・委員長 二村 一弘

8月は、会員増強及び拡大月間です。昨年一年間は、3名増えるところでしたが、残念ながら6月に3名の退会者が出ました。しかし、結果としては増減ゼロで何とか維持することが出来ました。前委員長の大藤会員をはじめ会員の皆様が大変努力された結果だと思えます。

さて、今年度の目標は3名の会員増強です。事業計画書で報告した通りですが、ぜひ皆さまのご協力をお願いいたします。

新会員候補者カードに、分かる範囲で記入してもらえれば、会員組織常任委員会で協力して動きたいと思えます。

また、会員維持につきましては、前年度に引き続き、例会及び会報等を活用したロータリー情報の積極的な提供並びに、家族例会、同好会等を積極的に開催したいと思います。

会員増強・維持は、会員皆さまのお力添えがぜひとも必要になります。会員相互の絆をさらに強めると共に職業倫理を実践するロータリアンを一人でも多く仲間を迎えたいと思えます。

卓話

活かしあう笑顔のすすめ



エス・マイル代表 岩藤 綾子 様

皆さまは「笑顔に自信ありますか」と問われたら、なんとお答えになりますか。奥ゆかしい日本人魂としては、謙虚に「そんな、自信なんてありません」とお答えでしょう。それどころか、「苦手です」と胸を張って仰る方も多いことでしょう。

本日の題目は『活かしあう笑顔のすすめ』です。「笑顔の効果」についてお話しします。また、「活かしあう」

とは、発信者、受信者相互にとって効果的ということです。

●健康になるための笑顔効果

ドーパミンが出続ける生活方法

近年、健康には自律神経が関係していること、「笑顔」は最大の鍵となる6つの要素のひとつであることが分かってきました。その6つは、食事・睡眠・入浴・運動・深呼吸・そして笑顔です。笑顔には自律神経（副交感神経）を調整する効果とともに、脳内ホルモン（ドーパミン）の産出につながっています。このドーパミンを、私達は「幸せホルモン」を呼んでいます。

このドーパミンは、なんと口角を上げる「ちょい微笑み顔」「道聞かれ顔」で完成です。また、この「ちょい微笑み顔」「道聞かれ顔」は、贈られた相手にも効果が出ることが解明されました。

6つの要素をここで思い出してみてください。

食事・睡眠・入浴・運動・深呼吸は、見ている人には何も効果はありません。

「笑顔」は見ている相手にも効果があるのです。

「笑顔」の自己効果は皆様もよくご承知と存じますので割愛します。

●業績UP（人材育成）のための笑顔効果

α波が職場の雰囲気を良好にします。

『笑顔』の環境にいと、自分も笑顔になるということは、以前から解明されています。皆様の職場・事務所・ご家庭は明るいですか。雰囲気が良いですか。

笑顔の人材がいらっしゃいますか。

α波が流れている空間は心地よい空間です。その素になっている存在を大切にしていきたいものです。

第786回 広島サンプラザ 2013年8月19日

卓話

「この6年での高次脳機能障害に対する変化」 家族の受入れ方、社会の受入れ方



高次脳機能障害サポートネットひろしま
理事長 濱田 小夜子 様

高次脳機能障害とは

- ・記憶障害
- ・注意障害
- ・遂行機能障害
- ・固執性
- ・感情のコントロールの低下



卓 話

広島ジュニアマリンバアンサンブル



活動報告

南港理監事組織表

職 稱	社 友
社 長	譚國光 Steven
社 長 當 選 人	劉先基 James
副 社 長	曾榮口 Mike
秘 書 長	王悅賢 Kevin
財 務 長	洪志成 PP CPA
糾 察 長	林錦堂 Sparkle
理 事	王東章 CP Toshio 蔡淵輝 IPP Audi 張家輝 Albert 鄧潤德 PP Audio 高口南 PP Barcode 黃茂基 George 康志遠 Hanks 蕭煥嘉 PP Steve 姜炳榮 Willen
監 事	曾國峰 PP Gordon 關河淵 Hoyen 徐 龍 Lungbor 邱明禧 Peter 邱鴻輝 PP Philip

南港委員會組織表

13-14 年度委員會

委員會名稱	主 委	副 主 委
社員委員會	Mike	Terry
職業分類委員會	James	IPP Audi
社員成長委員會	Kevin	ING
扶輪知識委員會	IPP Audi	PP Gordon
Star 委員會	PP Frank	PP Hoyen
服務計劃委員會	Andy	City
社區發展委員會	City	Andy
社區服務(團)委員會	IPP Audi	Mike
環境保護委員會	Lock	Warehouse
國際服務委員會	Kevin	George
國際扶輪友誼交換(RFE)委員會	Albert	Metal
服務夥伴委員會	Bill	PP Bob
親善委員會	CP Toshio	George
扶輪義工委員會	Sparkle	Daniel
職業服務委員會	Ho-Ping	Willen
世界社區服務委員會	Leon	Daniel
扶青團委員會	IPP Audi	Hanks
新世代服務交換 NGSE	Ray	Printer
青少年交換 RYE	PP Gordon	Hanks
“雖然我喜歡,不是都可以” 心靈改革委員會	CP Toshio	ING
南港扶輪獎學金	Sparkle	Daniel
扶輪基金委員會	Willen	Hanks
職業訓練團體 VTI(原 GSE)	PP Frank	Sparkle
根除小兒麻痺等疾病委員會	Peter	PP Taisum
贊助金委員會	PP Barcode	PP Steve
公共關係委員會	PP Gordon	IPP Audi
扶輪社行政管理委員會	James	Mike
出席委員會	ING	Jimmy
社刊及雜誌委員會	Jimmy	Printer
聯誼活動委員會(例會/授證/交接)	Hanks	George
節目委員會	Yi Shin	PP Yungfu
高爾夫委員會	PP Gordon	George
登山健行委員會	George	Eric
讀書委員會	City	Willen
授證週年籌備委員會	PP Audio	ING
歌詠委員會	PP Bob	PP Audio
康樂委員會(授證、秋季旅遊)	Daniel	Ray
簡樸推廣委員會	Eric	Bill
樂團委員會	CP Toshio	Hanks
健康委員會	Warehouse	Lock
金蘭社委員會	Printer	City
桌球委員會	PP Hoyen	James
羽球委員會	PP Hoyen	Bill
訓練師	PP Gordon	
輔導委員會(南北社)	CP Toshio	Eric
交接籌備主委	Mike	Kevin

卓話の泉

ロータリーの友 平成 24 年 9 月号より

耳の老化

(医) 社団 森耳鼻咽喉科医院 理事長・院長 森 裕司

65 歳くらいから高い音が徐々に聞こえにくくなっていきます。老化による難聴では、音は聞こえているのですが、言葉の意味がわかりにくいという特徴があります。これは、サ行やタ行といった歯の隙間から空気がもれるのを利用する歯列音や唇の破裂音を利用するパ行などを聞き取るのに、高音部が重要な役割を果たしているからです。また、耳鳴りも老化に伴って増えます。

今後の奉仕活動予定

◆ 2013 年 10 月 6 日 (日)
午前 9:00 ~
御手洗川清掃

◆ 2014 年 2 月 23 日 (日)
午前 9:00 ~
御手洗川清掃

◆ 2014 年 6 月 29 日 (日)
薬物乱用防止街頭キャンペーン