



9月生まれの皆さん お誕生日おめでとうございます



本日のプログラム

1. 本日の歌
2. 来訪会員紹介
3. 会長・幹事・各委員会報告
4. 卓話の時間
「データが示す
福岡市の不都合な真実」
福岡大学 経済学部教授
木下敏之 様
(福岡東南RC)

本日の歌

- 2700のマーチ
- 1、奉仕の心を 高めつつ
世界へ愛の 手をのぼそう
楽しく頑張ろう 我が友よ
2700 栄えあれ
 - 2、未来を築け 夢をもて
新しい世代を 育てよう
楽しく頑張ろう 我が友よ
2700 誇りあれ

本日の料理

- 中華弁当
金針菜と豆腐のスープ
チャーハン
果実入り杏仁豆腐



こんにちは。福岡東ロータリークラブの新会員、田中浩成さん、令和あけぼの衛星クラブの藤村尚也さん、狩野博司さん、宮原良平さん、ご入会ありがとうございます。ロータリーライフをお楽しみください。今朝のニュースによると台風11号が沖縄に停滞しています。この後、週明け以降、九州に接近する恐れがあり心配です。

本日は「二百十日」で、1960年に制定された防災の日です。1923年9月1日に発生した関東大震災にちなんでいます。関東大震災では死者、行方不明者が105,000人でした。国の地質調査研究推進本部によるとこの30年に70~80%の確率で発生するとされる南海トラフ地震では死者323,000人、負傷者623,000人と推定されています。日頃から、自然災害に対する自助、共助、公助の準備を怠らないようにしましょう。備えあれば憂いなしです。他地域でもし自然災害が発生した場合にはその復興を福岡東ロータリークラブは支援していきましょう。



例会で日々の「発見」人生の「ひらめき」を！

出席報告 9月 1日 出席委員会

会員:53名(うち免除会員1名)
 ゲスト:川原和代様(卓話者)・ヌリンさん(米山奨学生)
 ビジター:4名(福岡1名・衛星3名)
 合計:59名(在籍会員:79名 うち免除会員6名)

当日出席率: 72%

修正出席率
 8月18日 78%

◆ にここ袋 ◆

9/1 12件 38,000円 累計 341,000円 渡部 — SAA

大和竹史さん・立花浩介さん:ヒューマン&ヒューマン(株)の川原和代様、メンタルヘルスについての卓話、よろしくお願い致します。本日から福岡東RC会員になられた田中浩成さん、令和あけぼの衛星クラブの会員になられた藤村尚也さん、狩野博司さん、宮原良平さん、心から歓迎致します。

松本好重さん:川原さん、今日の卓話楽しみにしております。よろしくお願い致します。

津曲幸二郎さん・大月照雄さん:福岡東RC創立52周年、誠におめでとうございます。

また、本日の川原和代様の卓話、楽しみにしております。

吉田知弘さん:創立記念例会、ともに喜びましょう。

狩野博司さん(衛星クラブ):福岡東令和あけぼのロータリー衛星クラブに今日から入会させていただくことができましたので、ニコニコします。

坂口洋介さん:本日入会しました田中浩成さんを、どうぞ宜しくお願い致します。

野口勝義さん:とうとう65才になりました。まだまだ頑張ります。

内野友昭さん:誕生日をお祝いいただき、ありがとうございます。

立花浩介さん:お誕生祝いありがとうございます。

大神朋子さん:お誕生祝いありがとうございます。森さん、筑紫もちうれしいです。そして、本日はたくさんの新会員さんの入会があり、とてもうれしいです！大歓迎いたします。

金光孝男さん:本日は誕生日祝いをありがとうございます。今月で55歳になりますが、同じ年の有名人を調べたところ、出てきたのがサッカー選手の三浦知良さん！私もカズさんのようにこれからもたくさんのゴールを決められるように精進いたします。今後ともよろしくお願いいたします。

梅原 健さん:お誕生日のお祝い、ありがとうございます。お陰様で2回目の成人式を迎える歳になりました。「不惑の年」とは言いますが、迷ってばかりです。実りある年となるようにしたいと思います。



福岡東 令和あけぼの ロータリー衛星クラブ 例会のご案内

日時: 2022年 9月14日(水) 18:45~19:30 (食事なし)
 2022年 9月28日(水) 18:45~19:30 (食事なし)
 場所: エス・ケイコーポレーション(株)会議室
 福岡市博多区博多駅前2-10-19 福岡ファッションビル3F

メーキャップになります。
 ぜひご参加を！

<今日の歌> 「国歌 君が代」・「奉仕の理想」

ソングリーダー: 村上晃二親睦活動・ロータリーソング委員
伴奏: 高野悦子さん

<会長の時間> 大和竹史会長

<幹事報告> 立花浩介幹事

- ・本日、当クラブ1名、衛星クラブ3名の新会員の方が入会され、オリエンテーションも終わりました。
- ・佐世保北RCへの例会参加について。
- ・3年ぶりになる第20回記念ロータリー全国囲碁大会が、11月5日東京・市ヶ谷の日本棋院本院で行われます。ご興味のある方は私か事務局の方へご連絡ください。
- ・本日、4Fオーキッドルームで定例理事会です。

<委員会報告>

- ◆ロータリー情報委員会 石蔵啓孝委員長
- ・9月8日18:30より、ホテル日航オーキッドルームでロータリー情報集会を開催します。
- テーマ『ロータリーの三賢人』・講師『脇坂愛次郎委員』特に新会員の方は是非ご参加ください。

<新会員入会式>

田中浩成 会員 (株)AEdesign 代表取締役

【衛星クラブ】

藤村尚也 会員 (株)ブランドール 代表取締役

狩野博司 会員 リファールマーケット(株) 代表取締役

宮原良平 会員 (株)フクラ 代表取締役

<米山奨学金授与> ヌリンさん

<9月の誕生祝> 11名中10名出席

<卓話の時間>

「不安とストレスに悩まない習慣」

ヒューマン&ヒューマン(株) 代表取締役 公認心理師 川原和代 様

- ・カウンセラーという仕事に携わって現在20年目。公認心理士という資格を生かして企業様向けのメンタルヘルス対策全般を行っています。
- ・管理者研修、セルフケア研修、社員へのカウンセリングや復職支援、ストレスチェック等を行って来ました。
- ・企業様の当初は子供の支援を行いたかったが、子供支援は行政が多く絡むので、民間が関わるのは難しかった。子土間が元気であるためには、働くお父さんお母さん元気でいなくてはならないとの考えに到達し、本格的に支援していくこととし、現在は多くの企業様とお仕事をさせていただいています。
- ・現代社会はストレスが多くメンタル不調になりやすい。それでも、不調になる人とならない人に分かれる。
 - メンタル不調にならない人(ストレスに強い人)
 - ①床時間が長い(ちゃんと眠る・散歩など運動は夜に行う・朝日を浴びる)
 - ②相談する相手を持っている
 - ③好きなことをしている(自分が好き自己肯定感が高い・原因に対する考え方のバランスが良い)
 - ④体を使う(姿勢正す・クヨクヨしそうな時は上を見る・強めの運動を行う)
- ・コロナで男性更年期障害が増えた
 - 身体症状: 発汗、微熱、頭痛、倦怠感、眠れない、食欲がない
 - 精神症状: 集中力の低下、イライラ、焦り、落ち込み等
 精神科を受診するとうつ病といわれる場合もある。40~70代の方は精神科ではなく、泌尿器科への受診をお勧めします。



<乾杯>

松本守立会員

創立52周年を祝して



■9月定例理事会議事録■ 2022年 9月 1日(木) ホテル日航福岡

1. 指名委員会メンバーについて <承認>
議長：大和竹史 会長
委員：津曲幸二郎 会長エレクト／安恒忠男 会員(会長経験者)／金谷久司 会員(ロータリー歴15年以上)
阿南文政 会員(ロータリー歴10年以上15年未満)
松田 修 会員(ロータリー歴5年以上10年未満)
2. 新旧会長・幹事慰労激励会収支報告について <承認>
3. 新会員1名の委員会配属について <承認>
田中浩成 会員…クラブ会報委員会／インターアクト委員会
4. ロータリー旗(例会用)の購入について <承認>

◆今後の行事◆ 9月は「基本的教育と識字率向上月間・ロータリーの友月間」です

- 9月11日(日) RLI研修会並びに地区委員長・委員研修会
9:30～17:00 立花高等学校
- 9月12日(月) 佐世保北RC(友好クラブ)例会
18:30～20:30 セントラルホテル佐世保
- 9月16日(金) 第4グループ会長・幹事会 18:30 ホテルオークラ3F
- 9月17日(土) 米山記念奨学生カウンセラー研修会
14:00～17:00 TKPガーデンシティ博多
ロータリー財団地区補助金セミナー
13:00～17:00 ホテルクリオコート

9月15日(木)卓話予定

渡部 一 会員
森 純子 会員

9月29日(木) 休会

- 10月 1日(土) 地区危機管理研修会 13:30～16:30
TKPガーデンシティ博多
- 10月 6日(木) 職場訪問(持出し例会) 11:15 現地集合
eスポーツ総合施設 チャレンジーズパーク
- 10月 9日(日) 大和会長による素振り健康法・真向法の指導
13:30～15:45 西国武道会館
- 10月13日(木) オープン例会 12:00～14:00 例会場
※通常例会は12:30～13:30です

◆幹事と事務局からのお知らせ◆

～プログラム委員会より～

2022～2023年度<大和年度>「心のごちそう(卓話)」はこちらからチェック！
今年度の卓話者募集中です。ご紹介いただける方は金光委員長までご連絡ください。
(金光携帯:090-3193-3691)



[例会変更]

- | | | | | |
|---------|----------|-------|-------------|-----------|
| 福岡西 | 9月12日(月) | 17:30 | お月見夜間例会・懇親会 | 西鉄グランドホテル |
| 福岡イブニング | 9月12日(月) | | 野球観戦例会 | |
| 福岡 | 9月14日(水) | 18:00 | 筥崎宮 | |
| 福岡城南 | 9月21日(水) | 18:30 | オークション | |
| 福岡平成 | 9月26日(月) | | 30周年記念例会 | ホテル日航福岡 |
| 福岡南 | 9月29日(木) | 18:00 | お月見例会 | |

[例会休会(メーキャップ不可)]

- 9月20日(火) 福岡城西・博多・太宰府
9月21日(水) 宗像
9月24日(土) 福岡城東

♪カラオケ同好会からのお知らせ♪

9月15日(木)19:00より、カラオケ同好会を開催します。
仕事等にて遅れての参加も大歓迎です。ぜひご参加ください！
場所:スナック橙 会費:4,000円(食事つき) 興味のある方は津曲会員まで。



あとがき：ロータリーに入って七年、はじめてお役をいただいて例会に主体性をもって参加できるようになった気がします。主体性を持つと不思議と楽しくなる、例会のことが気になってしかたがない、そんな心境です。今回、不意の出張で参加できず、委員の皆さんに協力いただいて週報が出来上がりました。素心より感謝申し上げます。今度はメーキャップをどうしよう？このチャンスをどうにかそうか？と考えております。

松田 修

クラブ会報委員会

委員長:松田 修 副委員長:寺岡裕子 委員:藤川秀幸 藤井真治 徐美栄 梅原 健 織掛和郎