

## THE ROTARY CLUB OF KARIYA



Weekly



創立 1954年3月8日  
承認 1954年3月30日

例会日時 毎週月曜日  
12:30 ~ 13:30  
例会場 刈谷市新栄町3の26  
刈谷商工会議所内  
事務所 TEL <0566>22-2111  
FAX <0566>25-2111  
メール kariyarc@katch.ne.jp  
ホームページ http://www.kariya-rotary.com  
会長 嶋津孝久  
幹事 野村紀代彦  
会報委員長 横山宜幸

2012 ~ 2013年度 国際ロータリー 田中作次 会長テーマ

Peace Through Service 奉仕を通じて 平和を

この会報は、地球環境保全に考慮し再生紙を使用しています。

## 第2790回例会プログラム

[当年度=24回目；当月=4週目]

2013年（平成25年）1月28日(月)

1. 例会……………〈司会：プログラム委員会〉
  - 12:28 1. チャイム
  - 12:30 2. 点鐘……〈会長〉
  3. 開会宣言
  4. ロータリーソング斉唱……日も風も星も
  5. 講師・ゲスト並びにビジター紹介
  6. 食事
- 12:45 7. 会長挨拶並びに会長報告
8. 幹事報告
9. 出席報告
 

※第2四半期皆出席の発表（出席委員会）
10. 委員会報告
11. ニコニコボックス報告
12. 次週並びに次々週のプログラムの予告  
(2/4) ……  
卓話 「気仙沼報告（地区補助金事業）」  
クラブロータリー財団委員長  
伊藤 節夫 会員  
地区出向者アワー 吉原 孝彦 会員  
(東日本大震災プロジェクト委員会)
2. クラブフォーラム……………〈ロータリー情報委員会〉
  - 13:00 地区出向者アワー 加藤 真治 会員  
(研修委員会)
  - 〃 杉浦 文雄 会員  
(環境保全委員会)
  - (紹介者 神野 公秀 会員)
  13. 謝辞
  14. 点鐘……〈会長〉
  15. 閉会宣言
  - 13:30 16. 散会

## 出席

会員総数 93名 出席免除 28名  
出席義務者+免除者の内例会出席者 88名  
欠席 8名 出席率 93.18%  
前々回（1/11）の修正出席率 100%

## 会長報告

- 1) 米山記念奨学会より第31回米山功労クラブの感謝状が届いています。31回目という事は、今までの寄付金合計が3,100万円に達したという事です。
- 2) 1月24日(休) 親睦ゴルフ例会が三好カントリー倶楽部にて行なわれ、グロス89、ネット75で鬼頭一浩君が優勝されました。
- 3) 小林祥浩会員にマルチプルボールハリスフェローのバッチが届いております。



## 幹事報告

- 1) 2月からのロータリーレートが1 \$88円になります。
- 2) 本日、2月16日 衣浦グランドホテルで行なわれる西三河分区 Intercity Meeting (IM) のパンフレット、名札、記念品をお渡ししました。主催の碧南RCは子クラブでもあり当クラブとしては全員登録してあります。当日ご一緒に行かれる方のご案内は後日 FAX させていただきます。
- 3) 本日例会終了後、理事役員委員会会議を大会議室にて行いますので関係の方はお集まり下さい。

## 笑いの話

嶋津 孝久



本日は久しぶりに、行ってきましたシリーズです。とは言っても観光地とかへではなく、講演会です。講師は国立病院機構函館病院副院長で、日本笑い学会理事の「伊藤一輔」先生でした。テーマは「よく笑う人はなぜ健康なのか」で、笑いと免疫力の関係の講演でした。

90分の話をもとに7～8分にまとめるのは難しいのですが、印象に残ったいくつかを話します。

まず、笑いが健康にいい事は色々な機関で研究されており、実例が沢山あること。

人間の体内にある免疫システムは精密・合理的であり、免疫細胞がチームプレーで戦っています。免疫細胞の主体は白血球の中のリンパ球で、細菌・ウイルス・癌などと戦っています。このリンパ球の一種にナチュラルキラー（NK）細胞があり、体内をパトロールして、正常でない（癌細胞やウイルスに感染した）細胞を破壊します。この様子は映像でも確認されていますし、NK細胞をなくしたら生きていけない事は動物実験でも実証されています。このNK細胞がお笑い・喜劇を見た後ではNK度が上がるという実験結果も多数出ております。つまり「笑い」は免疫力をUPさせるのです。

さて、地球に生命体が誕生してから、進化の過程で人間だけが「笑い」を獲得しました。

他の動物は笑いません。では人間はいつごろから笑うのでしょうか？ 母親のお腹の中にいる胎児を観察しますと、妊娠8か月頃に盛んに微笑を繰り返します。これから生まれる時のために練習しているという説もあります。ところが9か月になるとピタリと止まってしまう。出産後には微笑が見られますが、なぜか数日で消えてしまいます。

その後いつ笑うかは、それぞれだそうです。

昔からオオカミに育てられた子供の話は沢山ありますが、一番きちんとした形で記録が残っているのが、インドでオオカミの巣から見つかった「アマラ」と「カマラ」です。彼女たちは乳幼児期にオオカミにさらわれたようで、発見された時、アマラが2歳・カマラが8歳位でした。彼女たちはオオカミのように這って歩き、生肉を食べ、遠吠えをしました。アマラは1年ほどで亡くなりましたが、その時カマラは涙を流したそうです。その後カマラは8年間生き続け、二足歩行ができるようになり、二十数語の単語を覚えて片言の会話もできるようになりました。発見者のシング牧師夫妻の愛情によって、カマラは人間らしくはなって行きましたが、最後まで笑うこ

とはなかったそうです。

これは脳が人間としての学習するためには適切な時期があり、それを逃がしてしまうといくら努力しても覚えることができなくなってしまう「臨界期」という時期があることが判りました。

笑いには、ジョギングと同じ効果があり、心肺機能を活発にし、カロリーの消費もよくしてくれます。この為に血糖値の上昇を抑えたり、腹直筋をよく使うので腰痛予防にも効果があるそうです。

その他、アトピー性皮膚炎・便秘・リウマチにも効果があるそうです。

この笑いは作り笑顔でも効果があるそうです。笑顔を作ると脳に笑いの信号が送られ、「今、楽しいんだな」と錯覚して、NK細胞が活性化するそうです。

子供の頃よく言われた「つらい時には笑え」と言うのは、決して精神論ではないのです。

伊藤先生いわく、「人間は楽しいから笑うのではなく、笑うから楽しくなるのです。」との事でした。

## クラブフォーラム

### 地区研修委員会に出向して

加藤 真治 会員



研修委員会は4つの事業を受け持っていました。1つは4月に開催される地区協議会の第9分科会の担当。2つ目は新会員研修セミナーの担当、3つ目は各クラブの情報・研修委員長を集めてのセミナーの担当、4つ目が会長エレクトの3日間の研修を担当することでした。

国際ロータリーの活動や財務について話をします。

ご承知のようにロータリークラブは、1905年シカゴにおいて誕生しました。サンフランシスコに1908年2番目のRCが出来、1910年にはアメリカで16のクラブが作られ、全米RC連合会が作られました。この時、初代会長にポール・ハリスが選ばれ、ロータリー年度が現在の形に定められました。

現在、RCは160以上の国と地域に拡大して、123万以上の会員を擁するようになりました。RC数は、34,404で1クラブ平均のロータリアンは35.77人です。また、日本のロータリアンは、89,095人で、クラブ数2,297で平均の会員数は38.79人となっています。

ロータリアンの数がある地域で2,700人ほどになると見込まれると、便宜的に1つの地区に指定されます。地区は世界で532の地区があります。地区の集合体がゾーンでして、世界に34あります。このゾーンから理事が選出されます。

## 環境保全委員会の基本方針 (2012年7月～2013年6月)

杉浦 文雄 会員



基本方針としてはロータリーの事業の在り方に一石を投ずるよう新鮮な委員会でありたいと同時にメンバーの親睦とお互いのビジネスに貢献しあえるような雰囲気も作り出していきたいと考えています。

委員会の後半はビジネスタイムとして、自分のビジネスを語る時間を取りたい。

### I 生態系ネットワーク事業の継承【流域社会で共同する事業】

生態系ネットワーク事業、すなわち前年度からの事業を引き継ぐと共に新たな展開も視野に入れる事業へと新展開を図って行きたい。

流域圏社会において、【水と緑と人のネットワーク】を築くことにより生態系ネットワーク事業を、さらに充実させることが可能である。ソーシャルビジネスや6次産業化・農商工連携等の芽を出していく。このためには愛知県の県域の枠だけに囚われないで、流域圏と言う枠組みを新しい概念として設定していくことを考える事としたい。

- 1、木曾川 2、矢作川 3、豊川 4、境川  
5、天白川 等

### II 【衣浦港のオアシス化】

特に西三河と知多半島の活動が活発であることを背景にして、その延長のフィールドを衣浦港にその舞台を移すことで大きな効果を期待することが出来ると思われる。

### III 【ESD 国際会議への協賛】

Education for Sustainable Development の略が ESD であるが、愛知県の誘致活動が実を結んで2014年に愛知・名古屋を中心とする国際会議が開催されることになっている。これは COP10 ほどではないものの、世界の閣僚級が集まる重要なイベントとなる。

ロータリーの各クラブが実施している環境保全委員会の事業がそのまま、ESD の事業として相応しいものであると思われるので、それを収集し纏めることで協賛事業とすることが可能である。

## 第 8 回 理事会

I 会長挨拶 <会長>

### II 議題

1. 2・3月のプログラム(案)について  
<クラブ奉仕委員長>  
<プログラム委員長>
2. 新入会員について <幹事>
3. 「仙台空港をバナーで埋め尽くし被災者を見守る」

および「仙台空港にモニュメントを建立する」について <幹事>

4. 中間決算報告について <会計>

5. その他

### III 会場監督の所見

## 1 月度刈谷 RC ゴルフ例会

平成25年1月24日(木)

於：三好カントリー倶楽部東コース

成績	氏名	G	H	N
優勝	鬼頭 一浩	89	14	75
2 位	盛田 豊一	80	7	73
3 位	出口 達也	90	14	76
B B	堀 正剛	112	11	101

