HADANO MEISUI
ROTARY CLUB WEEKLY

例会場　秦野市平沢 2550-1　秦野商工会議所内　TEL(0463)81-1355
事務所　秦野市平沢 2550-1　秦野商工会議所内　TEL(0463)81-1355
例会日　毎週木曜日　12 時 30 分～13 時 30 分
会長　鈴木和夫　　幹事　山谷洋子　　会報・雑誌・IT 委員長　原恵美子

奉仕しよう　みんなの人生を豊かにするために

2021 年～2022 年度国際ロータリー会長
シェカール・メータ

第１７８３回　　２０２２年４月２８日（木）≪週報≫

秦野名水ロータリークラブ
秦野商工会議所１２：３０
（ハイブリット）

１．点　　鐘
２．合　　唱　「手に手つないで」、四つのテスト
３．お客様の紹介
４．会長の時間

★リーダー心得１０カ条の解説、今日は第６条からご紹介させて頂きます。

６．リーダーは誰よりも心を砕き、頭を使い、汗をかいて仕事をしょうリーダーになると、責任が重くなり、いろいろなストレスがかかります。ただそれはリーダーである以上さけて通れないものである事を知っておきましょう。ストレスがかかるのは当たり前。でもそれがすこしでも減るように頭を使って考え、だれよりも汗をかいて仕事をしましょう。

ストレスが多くかかると、その大変さを誰かにかわってもらいたいがために、愚痴が増えたり、攻撃的になったりしがちです。リーダーが辛いことは誰もがわかっています。「みんなわかってくれている」という信頼を自分の中にもちましょう。その信頼を維持するためには、自分自身が頭を使い、汗をかかなければいけません。つまり、自分の行動が自分を癒してくれる唯一の解決策なのです。

７．よりニュートラルな見方、行動を身につけよう

立場でものを考えたり、判断しないようにしましょう。「誰の意見か」ではなく、「どんな意見か」が重要です。リータにとって最大の敵は「先入観」です。「自分より目下の人間から自分よりいい意見が出るわけない」、「目下の意見にはダメ出しをするものだ」などといった考えは持たないことで、組織は成長の機会を得ます。仮に、「部下・後輩は上司・先輩より劣る」という組織ならば、衰退の確定した組織ということになります。「意見を発した人が誰か」に意味をもたせないよう意識することが、組織の成長にとって重要なのです。また、仮に自分が持っていきたい方向があったとしても、それを前提に考えてしまうと、様々なものを見落とすこと

になります。一旦は、自分の希望や方向性を忘れて、目の前にあるアイデアを中立的な立場でみることが、リーダーにとって求められています。

８．ピンチをチャンスに変える思考力と行動力を身につけよう

仕事をしていると、次々と困難な状況に直面します。この困難な状況をどうとらえるかで、自分のパフォーマンスは変わってきます。事像のとらえ方次第で、物事の状況は変わるものなのです。目の前に起こっている事像は、全てにおいて、自分の脳が解釈し、事実を意識に変え認識しているのです。その事実を意識に変換する作業時に、一件ネガティブなものを、自分の頭でポジティブに変えることが出来るのです。まずは、困難な状況は絶望ではなく、乗り越えることができる試練と考えましょう。

ある無実の罪で牢獄に収監された人の言葉があります。「今の状況は辛い状況であり、困難ではあるが絶望ではない」と自分に言い聞かせ生きる活力を見出したというエピソードです。どんな辛い状況でもそれを絶望と考えず、乗り越えられる困難と考えることにより、人は未来に向かって動けるものなのです。更にナイズにおけるリーダーはそれを困難の先にあるチャンスと考えてほしいのです。そうすることでよりポジティブな考えのもと、自分自身を奮起させることができるようになるのです。また、周りから見てもその困難な状況を乗り越えた時に、必ず評価につながります。

９．いつも笑顔でポジティブに物を考えよう

チームのリーダーが笑顔でいることはチームの雰囲気をよくします。そして、チームのパフォーマンスはリーダーの活気に比例すると言ってもいいでしょう。もしあなたがそのチームに所属するメンバーで、リーダーがいつも下を向き、不満げな顔をしていたら、やる気がでるでしょうか？

元気にバリバリと前向きに仕事をするリーダーからはスタッフは元気をもらうことができ、仕事もしやすくなるはずです。しかし、リーダーになった瞬間そのことを忘れてしまうのが多いのも事実です。リーダーはできるだけ、笑顔で前向きに物を考え行動し、そうすることでチームのスタッフのモチベーションは必ず上がってくるはずです。

１０．誰よりも仕事を好きでいよう

好きこそものの上手なれ。これに尽きると思います。リーダーたるもの誰よりも仕事を好きでいてほしいと思います。好きでいるためには、当然努力が必要です。子どもがある勉強をやり始めた時に、何回のやっているうちに好きになっていく光景やエピソードは誰しも見たり聞いたり、体感してりしたことはあると思います。

楽しみの前には、必ず、困難はあります。仕事を好きでいるためには、まず困難な状況を率先してやり遂げようとする必要があり、その先に楽しみが生まれ、好きになるものなのです。そのことをリーダー自身が率先して実践し、スタッフに伝えてって欲しいと思います。

５．幹事報告

【ガバナー事務所より】

【受付文書】

①2022 年度 地区研修・協議会　「青少年奉仕(RYLA)部門」分科会からのお願い

②地区研修・協議会 駐車場＆レストラン　マップについて

③地区研修・協議会　表彰クラブ用受付について

④2022-2023 年度地区補助金　配分決定通知

【例会変更】⇒無し

【本日の配布物】

・ロータリーの友５月号

６．記念日

・会社創業記念日　福原さん（4/21）
・入 会 記 念 日
・御 結 婚 記 念 日
・御 誕 生 記 念 日（会　員）
（配偶者）

７．スマイル報告

○鈴木和夫さん「明日からゴールデンウイーク突入ですが、ＲＣの行事、２９日が地区研修協議会です。登録されている方は何卒宜しくお願いします。」
○山谷洋子さん「５／４文化会館で、ひまわりを上映します。皆さん大勢の参加をお待ちしています。(登録してください)」
○古谷スミ子さん「５月８日（日）ロータリー奉仕デーが近づきました。皆さんおさそいいただいた方に再度お声掛けをお願い致します。」
○大屋富茂さん「５／８ロータリー奉仕デー、５／１９親睦ゴルフコンペと行事が続きます。皆様のご協力をよろしくお願い致します。」
○神崎達朗さん「あわただしい日が続いています。年とるひまもありません。」
○原郁夫さん「スマイルします。」
○原恵美子さん「このところ腰が痛くて、主人に運転してもらい目黒に通っています。２週間で３回。昨日先生に言いました。先生・・・ポイントカードを作って下さい・・・・・と」
○東島礼美さん「今日は良い日です。スマイルします。」
○福原美千加さん「本日は創業記念のお祝いをありがとうございます。秦野で仕事をさせてもらって早２９年！私もすっかり「ジモッピー」(地元人間)。秦野の皆様にロータリーの活動を通して、恩返しをしてまいります。」
○淵脇美代子さん「つつじが満開ですね。本日、卓話をさせていただきます。ドキドキ、ドキドキしています。よろしくお願いします。」
○諸星道治さん「北海道斜里町の知床観光船遭難事故、防げる事故だったと思います。外泊はもう少し待ちましょう。」

合計３６，０００円

８．出席報告

○　会員数　１５名、会員義務　１５名、出席数１１名、出席率　７３．３％

９．地区委員会報告

10．委員会及びその他の報告

○古谷会長エレクト

・地区研修協議会について
4 月 29 日に地区研修協議会があります。
集合場所　　商工会議所
集合時間　　９：３０
出　　発　　９：４５

・来年度社会奉仕事業の補助金の結果が出ました。
地区より３，２００ドル（約４０万円）頂ける事になりました。
・5 月 8 日のロータリー奉仕デーに、募金箱が 2 つございます。1 つがポリオ、もう一つがウクライナ募金です。より多くの方に募金をしていただきたいと思います。宜しくお願い致します。

11. 卓話　淵脇美代子さん

○本日、卓話をさせていただきます。淵脇です。
よろしくお願い致します。話をすると言うよりは、
原稿を作りましたので、読ませていただきます。

○入会させていただいて、満１３年が過ぎてしまいましたが、「卓話」何をお話したらよいのか、私にとってはなかなか難しい事ですが、今日は私の体験から、皆様も重々おわかりと思いますが、健康診断がいかに大切か、必要な事かについてお話させていただきます。

○昨年３月に定期健診、ＰＥＴ検診をしました。本年は見送りましたが、きっかけは当社の豊橋工場に来られた、先輩の方が勧めて下さいました。それからもう２０年位、毎年受診しています。最近は脳の検査も受けています。認知症確認の為です。

御殿場からですと一日がかりの受信になってしまいますが、一通り終わる迄は４時間位かかります。ドライブがてら、花見をしながら、毎年３月か、４月頃に行きます。帰りには、美味しい、浜松のうなぎを食べるのを楽しみに！「ああ一仕事、終わった」と言う感じでホットします。

場所は「浜松ＰＥＴ診断センター」と言う所です。浜松市浜北区平口にあります。「光の眼」で診る。「脳と体のスクリーニング」をと研究推進しているＰＥＴ診断センターです。（パンフレットのコマーシャルですが）

ＰＥＴ検査とは、どう言うものかと言うと、うまく説明は出来ませんが、ブドウ糖によく似た薬、（ＦＤＧ）を体内に入れます。腕からの注射です。１時間位安静に、仮眠をします。心臓、脳などの体の中の細胞の動きを断層画像として捉え、細胞の活動の様子から異常を発見する検査の方法です。ガン細胞は正常な細胞に比べ、ブドウ糖に似た薬（ＦＤＧ）を多く取り込む性質があることから、その集まり具合をＰＥＴ装置で、画像化することにより、ガンの有無や位置、広がりを調べます。全身を一度に撮影してガンの疑いを調べられます。又、Ｘ線ＣＴやＭＲＩ検査情報と合わせることで多くの臓器の早期ガンの診断に有効だそうです。

身体に負担の少ない検査です。ガン検診を言うと身構え、力が入ってしまいますが、ガンの発見数は多い順に、肺ガン、前立腺ガン、大腸ガン、甲状腺ガン、乳腺ガンのようです。その他数多くのいろいろなガンが発見されています。でも、全てのガンや疾患が発見されるわけではないようです。又、ＰＥＴ、Ｘ線ＣＴ、ＤＸＡ（骨密度）の検査では微量の放射線被ばくが伴います。でも、健康に影響を与える程では無いようですが。

今、ガンは治る時代だからこそ、早期に発見していただき、その後元気に過ごしていただきたいと思っています。ＰＥＴ検査は初期のガンの発見が可能で１ｃｍ以下のガンを発見するには、現在ではＰＥＴ検査がもっとも有効と言われています。是非、１年に１度は必ず健康診断を受けて下さい。蛇足ながらこのＰＥＴ検査は、保険適用外になります。

ＰＥＴ検査についてもっと詳しくお知りになりたい方はインターネットで調べて見て下さい。ていねいに説明されています。

ありがとうございました。

12. 点　鐘