



TOKYO CHUO SHIN ROTARY CLUB 東京中央新ロータリークラブ週報

例会日 毎週月曜日(12:30~13:30) 会場 帝国ホテル及びオンライン
 会長 富田 洋平 幹事 石原 忠始
 事務局 〒104-0061 中央区銀座8-11-12 正金ビル2F
 TEL 03-5537-0270 FAX 03-5537-0271 <http://blog.livedoor.jp/chuoshin/>

2021-22年度 国際ロータリーテーマ「奉仕しよう みんなの人生を豊かにするために」

例会報告 第823回 2021年10月18日(月) ハイブリッド例会

出席率 51.92% 出席と接続会員数27名+メンバー0名
 (正会員58名-休会6名)

開会説明(大盛敬子SAA委員会司会担当)

皆様 オンライン例会を開催させていただきます。

なお、本日の例会の様子は当クラブの週報用の記録としてビデオ録画をさせていただく予定ですので、参加者の皆様におかれましては、個人情報への許諾を予めよろしくお願い致します。

富田洋平会長 点鐘挨拶

皆様こんにちは!

それでは第823回例会を開催致します。

ロータリーソング

「奉仕の理想」

世界ポリオデーイベント報告(富田洋平会長)

世界ポリオデートレインジャックが、今日18日からスタートします。JR東日本の1両目に中吊り広告を世界ポリオデーの赤いパンフレットが独占します。私、見ようとしたら女性専用車両のため朝は無理でした。見られた方、いらっしゃいますか? End Polioの広告は今週日曜日までやっています。



日曜日のウォークラリーの話をしていただきます。もうすでに参加申込みされている方も17,8名いらっしゃるのですが、今回シャツを事務局からお渡ししますので、そのシャツを着て一緒にポリオ撲滅のウォークラリーに参加して頂きたいのですが、まだ日曜日時間あるなという方は参加OKですので、事前参加申込みしていないとだめだということはないので、Zoom画面の方も今週日曜日に13時30分から17時00分くらいまでですが、お時間あるようでしたら是非有楽町駅前に集合していただきたいと思っています。

詳しい参加のところまでの話をしたいのですが、まずここまで作り上げるのに公共イメージ委員会・財団に行かれている当クラブの明山会員と山田会員が非常に時間を使ってこれに準備をかけていただいています。今日明山さん、山田さんいらしてないですが、皆さん拍手を!

そういうことで作り込みを沢山していただいております。シャツを着て日曜日にどこに集合するかをお話したいと思います。13時30分に行幸通り丸の内ビル前ですが、丸ビルと新丸ビルの前の通りが行幸通りです。そこに中央新の旗もありますので待ち合わせしましょう。同じシャツを着ている当クラブの会員もたくさんいらっしゃるの、事務局や私にお電話いただいてもいいです。シャツ忘れないで下さいね。

そこで30分ほど他クラブの方とも待ち合わせて14時00分に足並みを揃えてスタートし有楽町駅前まで歩きます。所要時間15分から20分練り歩きながら街行く方にポリオ撲滅について伝えます。

そのあと有楽町駅前広場で、クラブの皆で写真を撮りたいと思います。写真は14時20分から10分位の間に撮りたいと思っていますので、ウォークラリーにいたのに広場についたらなぜかいなかったということのないようにしていただきたいのです。

その後の流れは、14時40分から講演、コンサートも入っています。食べ物とかも用意してあって、「せいとう」さんのサンドや「ハミルトン」さんのたまご焼きサンドなどでフードコートを出していますので是非時間のある方は日曜日のスケジュールリングをしていただければと思います。

今日ここに出ていらっしゃる方が出席できるようになった場合は、私がシャツも持って行きますので是非皆さんに伝えてあげて下さい。13時30分に丸ビル前の行幸通りに集合して頂ければ皆いるよ、と。一大イベントなので、是非当クラブも楽しんでいきたいなと思います。

幹事報告(石原忠始幹事)

- 前回の理事会報告がいつていると思いますが、11月5日(金)に画廊巡りを行いますので、午前10時00分泰明小学校に集合下さい。今回少人数グループなので、15,6人くらいの人数が必要なんです、まだ4,5名足りない、お時間のある方は是非ご協力下さい。
- 11月初頭予定の周年行事は延期になり、11月8日は昼から帝国ホテルでのリアル例会を行う予定です。
- 前回の理事会で、辻会員のお嬢様から病気で退会届が出されて承認されていますので、残念ですが辻会員は退会となりました。

📌 会場運営報告 (安原良昭SAA委員長)

本日から富田会長の座を中央のこちらのテーブルとし、ゲストの方、メーキャップの方にはこちらに座っていただくことになりましたので、今後の対面例会では会員の皆様はなるべく座らないようにご協力お願い致します。

📌 ハイブリッド例会役割分担報告 (富田洋平会長)

ハイブリッド例会が今後も続いていくことが予想されるのですが、役割分担の話を皆さんに聞いていただきたいなと思っています。まだまだ例会に来ていただきたいなと思っていますし、オンラインでしか参加できない方のためのオンラインの状況も続けていこうと思っています。ただ、やはりオンラインはオンラインで、そこで準備している縁の下の方の力持ちの方が存在していることも本当に事実なんです。福元さんと山田さんなんですけれども。リアル例会をやると言ってもやっぱり役割分担というのがしっかりできていないとなかなか廻りにくくなってきています。当たり前なのですが、例会にやってくる人に「おはようございます」「こんにちは」と声を掛けてくれるSAAの皆さんですね。SAAの皆さんは誰よりも早く来ていらっしゃるからお声掛けできるわけなんです。そう考えていくと、やはりそのSAAの方々に負担がかかるというのがありますし人数が少し足りなくなる可能性もありますので、普段SAAではない方にもお声掛けさせていただく可能性もあります。お手伝いして下さいということですね。

これから声を出して歌う例会になると指揮棒を振っていただく方、指揮棒という小林さんなんですけど、そういう風に皆さんで役割の負担をしていただきたいなと思っています。

あと事務局の方にも結構負担がかかったりしています。ちょっと試験的にやってみたいと思うことが、自分のBOXに出席カードを入れて、名刺カードをセットして、誰が来るかわからないので全員分しっかり手配するという事務局の労力を少し半減させるために配布物に関して試験的に受付に置いておいて皆さんに取っていただくようにすることをちょっとやってみようかなと思っています。そうすると事務局の木村さんの労力も少し和らいでもしかするとSAAのところには手が廻るかもしれません。ゲストもこれから来ますので、ご案内もできるようになるかもしれませんので、試験的にやってみようと思いますので是非ご協力をお願い致します。

📌 End Polio 報告 (明山友美ロータリー財団委員長)

皆様こんにちは！

本日よりJR東日本のトレインジャックプロジェクトが起動いたします。女性専用車に広告が掲載されています。あと地下にエスカレーターを下りて右手に5連の



広告が出ておりますのでご覧頂けたらと思います。24日の当日の件は、先程会長からご案内があったと思いますので、是非皆様参加頂きまして盛上げていただけたら本当にうれしく思いますので、どうぞよろしく願いいたします。

📌 【クラブ協議会】

会長挨拶 (富田洋平会長)

クラブでやる重要なことの決め事は、理事会で決まって幹事から皆さんへ報告していますが、それ以外の広く意見であったり、やりたいことがあったり、お考えみたくないものをしっかりと述べられる場がクラブ協議会です。クラブ協議会は会員のためのものですので、なるべく多くの方にこの協議会に出ていただいて考えを述べたり皆さんのお話を聞いたりしながらすすめていきたいなと思っています。

第1回のクラブ協議会はガバナー補佐訪問のときに使わせて頂きましたが、第2回に関しては地域の奉仕について皆さんとお話をしていきたいなと思っています。

奉仕プロジェクトは、今年から継続プロジェクト委員長と新規プロジェクト委員長と2つのプロジェクトでやっています。

本日育成園のハロウィンの贈り物のプロジェクトのために何人か会員の皆さんに早く来ていただいてお手伝いしていただいたとのこと。本当にありがとうございました。

育成園のプロジェクトも継続プロジェクトということで季節ごとに区間を区切って私たちの方から育成園の方に気持ちを届けに行きたいなというふうに思っていますので、その一環として今回はハロウィンということで時間を使わせて頂いて贈り物をしていきたいなと思っています。

地域奉仕ということで何かできないかと進んでいたのですが、地域といっても皆さんお住まいになっているところとかそれぞれあるかと思うのですが、私たちが銀座日本橋の地区ですね。この中で帝国ホテルもある訳ですからこの中央区に何か貢献できないかということは結構前からあった議論だと思うんですね。やっぱりそれぞれ聞いて回ったりすると、もう足りてるとかあまりそういう需要はないですねというようなことが個別に来たりして、なかなか深く進んでいけなかったのが現状でした。

今度中央区役所の福祉課にお邪魔してロータリーの趣旨を述べさせていただいて、何かお役に立てることないですかというところのなかで社会福祉協議会に入って、そこへ入るといろんなボランティアのメニューがあるので、その中でなにかされたいかがですかというヒントを頂きましたので、この前の理事会で承認を得て当クラブが中央区の社会福祉協議会の会員になった形です。会員になって何ができるのか、何がしたいのかお話ししたくて、海渡理事と水野新規プロジェク

ト委員長を中心にこの話を今進めさせていただいています。ちょうど先日社会福祉協議会にお邪魔してきました。いろいろとお話を伺うことができました。沢山あるのですが、去年はほぼコロナで開催できずということでした。私たちが今回やりたいと思っているのは、子ども食堂みたいなものはずっと続けていきたいですね。なので、子どもを対象としたなにかに困っている子どもの一助になるものがないですし、私が考えているのが若者たちの教育格差を少しでも是正したいなと思っています。今置かれている環境で勉強したくてもできない、そういう環境にないという方々に教育格差を埋めるような奉仕活動がしたいなと社会福祉協議会の方に伝えてきました。そうすると、いますぐここに行ってくださいとかこういうことしてみてもいいかですかというのではないんですけれど、いろんなメニューがありますので、そのメニューを参考にしながら興味があるものがあったら教えて下さいとさせていただいたのが、皆さんのお手元にお配りした一覧表です。プラスですね、こういうようなことを考えたんですけれどもこういうようなことでお役に立てないですかと私たちがクラブで話し合った結果のものを持っていてもいいですかと聞いたところ、喜んでというお話でしたので、是非皆さんこれは参考資料でもいいです。皆さんの中でこういうプロジェクトができれば中央区でできたらいいなというのがあったら是非この後議論する時間をとりますので、そこで皆さんとお話し合いをしてみてください。

社協に入った以上、なるべく一過性のもので終わらせたくないですね。子ども食堂なんかも去年、一昨年とかそういう風に出てきて実際皆さん活動していただいています。ですので、その延長線上で当クラブとして取り組みたいなと思っておりますので、せっかくここで作り上げたものがしっかりと継続していけるようにしなくても何かすごい負担があるとか、ねばならないというのではなく皆さんが考えたものでこれだったら続けていけそうだねというものを作っていきたいなというふうに思っています。

この社協を通して何か当クラブが中央区に貢献できるようなそんな地域奉仕をこれからやっていきたいと思っています。今日はこの後海渡奉仕プロジェクト担当理事の方からと何名かの方から奉仕についてのあり方みたいなお話をさせていただこうかなと思いますので、この先海渡さんにマイクをお渡ししようと思っているので、よろしく願いいたします。

(海渡奉仕プロジェクト担当理事)

皆様こんにちは!

私はいつもオンラインが多いので、リアルで参加は久しぶりにお目にかかります。

今日まず例会の前に何人かの方にお手伝いいただきました。



育成園へのハロウィンのお菓子です。この中には3種類のお菓子と手書きのメッセージが入っております。これを伊藤奉仕委員長の方からお届けして頂くこととなります。

(伊藤知佳子継続プロジェクト担当委員長一言)

今日は参加できずに申し訳ありません。袋詰めをお手伝いいただいた皆さん本当にありがとうございます。育成園の先生方も子どもたちもいつも気にかけてくださっている東京中央新ロータリークラブのことを本当に感謝しておりますので、これからもご協力の程よろしく願いいたします。

(海渡千佳奉仕プロジェクト理事発言続行)

伊藤委員長はコロナになってからもそれ以前でも根気強く育成園の先生方と定期的にコンタクトを取って下さっています。

そしてこんな困難な中でも何かできることはありませんかということで初めのうちは育成園の方々も「なかなか難しいです」とおっしゃっていたそうですけれどもやはり何かできることを新しいやり方で非常に今前向きになって下さっているそうなので、又育成園に関しても新しいやり方で私たちが出来ることを考えていきたいなという風に思っています。

今年の奉仕活動は三委員長の下で展開をする予定です。

1つが育成園、いままでやってきた奉仕活動を伊藤委員長、それから若者向けローターアクト向けの活動を高橋委員長、そして新規のものを水野委員長にお願いする予定です。ただ奉仕の活動も先程の例会運営と一緒に、委員だけがやるということではなくロータリアンとして皆さん一人一人ができる場所で、時間が無くてという方はアイデアを出して頂いたり、何らかの形で関わっていただけたらと思います。

水野委員長は千代田区にお住まいなんですが、元々千代田区の社協と関わりが非常に強い方でいらっしゃいまして、勿論千代田区と中央区ではいろんな事情も違う面もありますが社協というのがどういう組織でどんな伝わり方をしてこんな風に生かしてうまくいくのかというご経験をもとにおすすめていただけたらと思います。

続きまして、中西ふじ子さんからもお話しいただくのですが、中西さんは今音楽大学の広報をされていて、もともと青少年の育成とか音楽や芸術を通じてというお気持ちがおありになってこのクラブに入会されています。で、中西さんが今行動されていることが特にヒントに新規だけでなくその他のロータリーの奉仕に生かせるということもあるかもしれないですが、まずはお二人の話を伺って、その後に各テーブルで皆さんが奉仕についてどんなことを大切にしたいのか、それから中央区の奉仕でこんなことできないかなとかすぐでできることでなくても結構ですので、お二人の話を聞きな

がら皆さんご自身でアイデアを膨らませて後程共有して頂ければと思います。

(水野新規プロジェクト担当委員長)

こんにちは！ 今期新規の奉仕担当委員長となりました。

本当に昨年9月に入会してまだ右も左も分からない状態でいろいろさせていただくことが多いので、至らない点も多いかと思いますが、どうぞよろしくお願いたします。

先週会長と海渡理事とで社会福祉協議会の方に行っていたいてお話していただいたんですけど、社会福祉協議会というのは言ってみれば行政と地域の間を結ぶ役割をする団体なのです。子育てや高齢者からありとあらゆる地域の福祉に関わる団体として、一番記憶に新しいところではコロナ禍になって急激に収入が減少した世帯の方に小口貸付をしていたのも各地域の社会福祉協議会です。地域の困りごとをサポートするといった意味合いが強い団体です。私は千代田区に住んでおり、子どもに知的障害があり、社協との接点が多く何かとお世話になることが多かったのです。

いろんな活動の中で社協さんが関わってたりすることもありましたし、学校の特別支援学級、昔は特殊学級と言っていたその親たちが子どもたちにアートの体験をさせたいと言って別のグループを作って社協さんの補助金をいただいてアーティストを呼んで学校のカリキュラムの中ではなくて別な日に地元の子どもたちを呼んでアート体験をさせるというのを社協さんの補助をもらって開催したこともありました。そういう単発の補助金をいただくという形で社協さんが関わることも多いです。千代田区の場合は年に1回大きな福祉祭りというのをやっていて、区役所の廻りをお祭り会場にしてちょっとしたゲームをやったり、コロナ前ですが屋台を出したり、イベントをやっているいろんな福祉に関わる団体がブースを出して、いろんなことを知ってもらいつつ楽しんでもらうというイベントもしております。

多分中央区の場合もそういった似たようなイベント活動をしているし、あとは「ファミサポ」（ファミリーサポートセンター）という、親が仕事で送迎が難しいのを代わりに地元の時間のある方が講習を受けた上で手伝いをしたりとか子育ての支援をしたりするので多種多様に活動ができる場所なんです。

なのでここに今日配っていただいたのは定例活動をされている団体の一覧表なんですけど、こういったところに私たちが協力できる可能性もあると思いますし、自分達で新たなプロジェクトを立ち上げてやることもできるし、単発でもできると思いますので、いろんな可能性を探っていたらと思います。

こんな感じです。よろしくお願いたします。



(中西ふじ子会員)

「音楽でつないでいこう すべての子どもたち、青少年の豊かな未来のために」

• 久しぶりにみなさんにお目にかけて本当にうれしい限りです。

実は今、現職で町田市にあります桜美林大学で広報の仕事をしております。芸術文化学部があり、そのなかの音楽の特殊コースの学生募集と高校生対象に「ディスカバー」というプログラムを担当しております。これは高校生が入試に関して探求学習を取り入れるという仕組みがでてまいりました。そのために高校生がいろいろなものを探求して自分で調べていく、自分で考えて興味があるものを探し出す、それについて色々調べてポートフォリオを作成してプレゼンをするというのが入試に加わります。そのところに大学として何ができるかということをご2年間取り組んでまいりました。

実は今非常にコロナの影響で演奏するとか演奏を紹介するとかは難しかったです。しかしオンラインの良さがあって、実際にむこうで演奏したのにこちらが演奏を加えるというのはまず無理です。しかし遠方にいる人たちに個人レッスンをしたり海外と音楽交流をしたり、子どもたちにいろいろな地域活動ができるかが出来たんです。コロナ禍でもできることがいっぱいあるということを今日ご紹介したいと思います。

もう一つですね、せっかくなので、地域で実際になさってらっしゃる映像を後でお見せしたいと思います。

• 「音楽でつないでいこう」ということですが、「音楽」は「美術」でもよろしい、「演劇・ダンス」でもいいかと思います。ただ「音楽」はつながりやすいんです。あとでご紹介いたします。

「芸術（音楽）を通して人と地域社会に笑顔と元気をもたらす」

音楽や美術、演劇、舞踊などの芸術には、それを見たり作ったりする人が楽しむだけではなく、社会に及ぼす様々な効果があります。貧しい地域の子どもたちが音楽やダンスを学ぶことで非行防止に役立ち、過疎の村の高齢者が音楽・演劇（ミュージカル）に参加することで元気になり、社会の課題を解決する糸口になることがあるのです。

1970年代に英国で始まり、1990年代以降ブレア政権下で大きく発展。今まで芸術を楽しんだり、創ったり、参加したりする機会のあまりなかった人たちが芸術文化に関わる機会が増えています。誰でも、どこでも、どんなものでも作って楽しむことができる参加型の芸術文化が増えています。

実は、コロナとオンラインで社会が変わったと思います。なぜなら、音楽は大きなコンサートホールに行つて聞いて、あー素晴らしいとそこで音楽を聴く



ことを共有していたのですが、実はコロナになって参加型の芸術文化体験が増えているということです。

• 効果

ソーシャルインクルージョン（社会的包摂）

多民族・多言語社会、格差、貧困の増大によって社会から疎外された人々のコミュニケーション能力、言語力、表現力、適応力、生活力、創造力を高め、自信を抱かせることで、地域社会の活性化、失われた地域コミュニティの再生を目指す。

地理的コミュニティ、趣味や関心によるコミュニティの人々の結合、コミュニケーション、レクリエーションの場、健康増進。

ユースミュージック

青少年の創造性・学力向上による創造産業育成、非行防止

• 世界の事例

「エルシステマ」

ベネズエラの無償音楽教育

1975年、ホモアントニオアブレウ博士が創設。「連帯・調和・思いやりを育む」理念の音楽教育プログラム。現在貧困や障害の有無に関係なく60万人の子どもたちが参加。

「エルシステマジャパン」

福島県相馬市と岩手県大槌町と「音楽を通して生きる力を育む」、震災や津波で傷ついた子どもたちを長期的に支援するために活動開始。

東日本大震災の後、紙で作ったバイオリンからスタートして4歳から17歳までの約150人の子どもたちが本格的なオーケストラ&コーラスに参加し、国内外のアーティストと交流を深めながら地域の仲間と一緒に「生きる力」を育んできました。練習は毎週末に行われ、地元指導アドバイザー指導ボランティアが支えています(活動紹介。YouTube再生)(菊川穰・エルシステマジャパン代表理事)。

(海渡千佳奉仕プロジェクト担当理事)

皆さん、残りの時間でこれから配るポストイットに奉仕をするにあたって大切にしたいこと、こんなことが大事じゃないか、何枚使ってもかまいませんので、具体



的にこんなことできるんじゃないか、将来こんなことをやりたいとかぶっ飛んだ意見でも構いません。職業奉仕の観点からご自身の経験に基づいて、こんなことができるんじゃないかなどなるべく多くのことを書いていただいて、テーブルごとに大きな紙にぱっと貼り付けて頂きますので、配っている間に考えて、どんどん書いて下さい。

オンライン参加の方は、チャットにどんどん書き込んで下さい。

(オンラインチャット)

- 突然新しいことを始めるのは難しいので、当面今の一覧表にあるプロジェクトに協力する途を探って、ノウハウと知見を蓄積していく方法が望ましいのではないかと(宮下)。
- ちょっとロータリーから遠ざかっていたのでぱっと思い浮かばないのですが、やっぱり経験を積んでいくことが必要だと思いますが、お相手が望んでいることを協力させていただくことが基本で、押し付けになってはいけないので、そんなことを考えながらボランティアとしてすすめていくべき(秋葉)。
- 育成園を担当させていただいてずっと考えていたのですが、卒園する18歳以降の子どもたちがどうしているのかなというのが一番ありまして、先生の方から実は今うちにはいろんな職業の方がいらっちゃって今お願いされているのが子どもたちに石川さんの日本アニメーションの会社を見学させて頂けないかという提案を頂いて、子どもたちの将来の仕事のヒントになればそれこそ本当に職業奉仕になるのかなと思ったので、是非これを広げていけたらなと思っています(伊藤)。

(各テーブル代表)

(安原良昭会員)

- コロナ禍で子どもたちの自殺が増えているので子どもたちの居場所の提供はどうだろう。
- 授業についていけない子どもたちに算数・英語を教える会はどうか。
- 教育のカリキュラムに必要とされる「ボランティア経験」の提供
- アートの体験会・資格の取得

(小林真由美会員)

- ワンちゃんを高齢者と共に優しくすごしてほしい。
- 60歳からの相談
- 夢を持っている小学生の子どもたちの夢を聞いて実現に協力する。

中学生・高校生の悩みを聞いてあげる、就職の悩みを聞いてアドバイスをしてあげる。

- 子どもに向けてのフード提供、植物の良さを教える。

(上田美帆会員)

- 悩んでる子どもの話をじっくり聞いてあげる。

- お母さんも非常に悩んでいるので話を聞いてあげる。
(山下江会員)
- 社協に加入したことはよかった。
- 教育格差是正(塾、IT補助)
- 職業紹介活動、老人ホーム訪問、シングルマザー支援
- 環境保全活動
(鈴木隆志会員)
- 子どもに作曲教室、スピーチコンテスト
- シングルマザー等お手伝い
- 子ども食堂を継続的に支援

• まとめ(富田洋平会長)
本当にたくさん出して頂いてありがとうございます。大体子どものことに集約されるということがありますが、中央区の地域社会の中でこれからも活動ができればいいんじゃないかと思います。ローターアクトの力も一緒に合わせてできたらいいなと思います。
皆さんの会社で子どもを1日社員の体験をさせていただくとかいろいろあると思います。
クラブ協議会第3回以降も引き続き皆さんの活発なご意見をお願い致します。
本日はありがとうございます。

(要約文責 宮下)

例会報告 第824回 2021年10月25日(月) ハイブリッド例会

出席率 51.92% 出席と接続会員数27名+メンバーキャップ0名
(正会員58名-休会6名)

🎪 開始(大盛敬子SAA委員司会担当)

皆様 ハイブリッド例会を開催させていただきます。
なお、本日の例会の様子は当クラブの週報用の記録としてビデオ録画をさせていただく予定ですので、参加者の皆様におかれましては、個人情報への許諾を予めよろしくお願い致します。

🎪 富田洋平会長 点鐘挨拶

皆様こんにちは!
昨日 End Polioのウォークラリーが丸の内から有楽町まで行われました。
当クラブから21名の参加があり、非常に盛り上がりました。実行委員長と副委員長を務めていた明山さんと山田さんに労いのメッセージを送りたいと思います。お二人には後で報告をお願いしております。当クラブのメンバーが沢山集まって非常に目立っておりまして会場から賞賛のお言葉をいただきました。改めて一つのことを皆でやっていくということが大切だなと思いました。これからも常時作っていきなと思いますので是非多数多くの参加をお願いいたします。
それでは第824回例会を開催します。

🎪 ローターソング

「四つのテスト」

🎪 ゲスト発表(安原良昭SAA委員長)

ハイブリッド例会によるおそおいで下さいました。
本日のお客様は、5名です。

- 上智大学名誉教授・黒川由紀子老年学研究所
所長 黒川 由紀子様
- 第2570地区 日高RC 白井 威様
- 東京中央RC 吉澤 靖司様
- 東京中央RC(現在休会中) 武 正雄様
- 武様ご紹介 依田 和恵様

🎪 入会式(馬場宏平新会員)

(富田洋平会長)

皆さん、コロナ禍で大変な時ですが、また一人新しい仲間を迎えることができました。馬場宏平さんです(バッジと会員証お渡し)

(新会員挨拶)

馬場宏平と申します。よろしくお願い致します。
入会式前からゴルフに誘っていただいたり、昨日のポリオのイベントにも参加させて頂き、まずは皆さんの



- | | |
|---------|--|
| 富田洋平会長 | 秋晴れですね!!今週末日曜日、エンドポリオウォークラリーご参加の方、よろしくお願い致します。 |
| 太田一彦会員 | 秋晴れの外出。例会楽しいですね。 |
| 大盛敬子会員 | 毎週皆様とお会いできて嬉しいのでニコニコします。 |
| 海渡千佳会員 | 育成園の子供達にハロウィンのお菓子を渡せることになりました。
少しでも楽しい気持ちになってくれたら嬉しいですね。
皆様のご協力に感謝です!! |
| 川上鉄太郎会員 | 誕プレ振替 |
| 小林真由美会員 | 伊豆から帰って参りました。今日は富士山がとてもきれいでした。
久しぶりに皆様にお会い出来て嬉しいです。 |
| 南章乃会員 | 皆様にご心配をお掛け致しましたが、無事生還いたしました。 |
| 矢部祐加子会員 | 今期初めて対面例会に参加します。
みなさまにお会いできたのでニコニコします。 |

ここに合計 21,400円

お名前を覚えることが最初のスタートかなと思っております。皆様にも私の名前を覚えていただけるように積極的に参加していきたいと思っております。入会の動機というのが、私渋谷でプライベートバンク業を5名ほどのチームでやっており、サラリーマン時代は大和証券で10年間働いていたのですが、当時は会社のため・お客様のため・自分のためのバランスが難しいというのがありました。独立したきっかけが、お客様のため・自分のために集中できるということが夢であり野望だったのですがそこにもう一つ加えてひとへの貢献社会への貢献というものがなく自分自身が潤っていてもまた水物である商売をしているのもあるので、いろんなときに社会にも貢献できると思入会をお願いしました。

又、経営者としてもまだまだ未熟者なので、皆様から勉強させていただきいろいろなことから吸収できればとおもっております。あと、ゴルフのひよこ会の底上げのためにも貢献したいと思っております。皆様よろしくお願い致します。



参加よろしく願いいたします。

新規奉仕プロジェクト報告(水野珠貴委員長)

- 先週土曜日に伊藤委員長が、先週例会前にラッピングしていただいたハロウィンのお菓子を育成園に届けて下さいました。子どもたちや先生方がとても喜んでくださったとのこと。皆様御協力ありがとうございました。
- 先週月曜日の例会の後に、中央区の学習支援をしている団体の藤井さんという方にお会いしました。地域に何か貢献したいということで、何ができるか相談をさせていただきました。私たちはそれぞれ仕事を持っていますので、学習支援のきっかけ作りから始めたらということで、中央大学ローターアクトの皆さんの若い力にも協力してもらって、何かできることがあるんじゃないか相談中です。
- 先週画廊巡りの話をさせていただきましたが、これこそがまさに地域貢献ではないかということで、これからも何ができるかを考えていきたいと思っておりますので、よろしく願いいたします。

エンドポリオプロジェクト報告(明山友美実行委員長、山田桂子同副委員長)

(明山委員長)
ほんとうにたくさんの方にご参加いただき大変ありがとうございました。



10月24日世界ポリオデーということで1週間JR東日本のトレインジャック、皆様と歩いたウォークラリーでした。コロナ禍の中で、本当に熱く盛り上げて下さって、本当にうれしく思いました。ありがとうございました。

(山田副委員長)

ロータリーの力は本当に素晴らしいと思いました。

当日は全国から400名以上お集まりいただいて、ウォークラリーをしたりロータリーの力を見せつけることができました。中央新のメンバーもたくさん集まり、盛り上げて下さいました。本当にありがとうございました。

親睦活動報告(西村親睦委員長)

- ファイヤーサイドに関しては、11月中は開催したいと思っており、会員の複数店舗にそれぞれ4,5人程でお邪魔して集まり、ブロックファイヤーサイドとして乾杯するという形をとっていただこうと思っています。そこをオンラインで皆さんをつないで盛り上げたいと思いますので、参加をよろしく願いいたします。
- 親睦ワークショップをいたしました。先日の小沼さんのイベントを拝見して、ワークショップとしてできないかなとご相談したところ、快諾下さって、「明りを作る」というものを企画しております。11月8日例会の後会場を移動して行いますので、ご興味ある方は

プログラム委員会報告(矢部祐加子副委員長)

来週11月1日(月)の例会では、新企画の座談会、富田の部屋の第1回を開催します。司会は富田会長で、3名の会員の皆さんから当クラブの開設当初のお話をお聞きしていきたいと思っております。第1回のゲスト3名をあくまで私の主観でご紹介しますと、50音順に、目の輝きに吸い込まれそうなイケメンボイスがたまらない小堀会員、地区ではその名を知らない人のいない時枝会員、大人の魅力が溢れる宮下会員です。

幹事報告(石原忠始幹事)

- 来週は例会後に理事会がありますので、よろしく願いいたします。
- 11月5日(金)は画廊巡りを行いますので、参加の方は10時までに泰明小学校へお集まりください。
- ポリオのウォークラリーは全国でやっていたようなのでNHKでクラシックカーを使用したウォークラリーについて放送されました。

クリスマスコンサートのお誘い(東京中央RC 吉沢靖司会員)

当クラブ主催の12月3日のクリスマスチャリティーコンサートへのご協力のお願いにまいりました。例年育成園の子どもたちの親睦として参加いただいています。今年度はコロナで、まだ参加していただけるか分かりませんが、是非参加いただければと思っています。どうぞよろしく願いいたします。



✦ご案内(石川和子会員)

皆さんこんにちは!

石川です。久しぶりのリアルの例会にこんなにたくさん会員が集まって下さって嬉しいです。来週以降又増えていくのかなと期待しています。

- 今日は知的障害のある人々のドキュメンタリー映画のご案内です。知的障害があってもいろんなことができるんですね。それがこの映画に描かれています。テーブルの上にパンフレットを配ってあります。上映日が来週に迫っていますが、スペシャルオリンピックスをされていた細川様が立ち上げた会が主宰して協力者を募って制作されたものです。前売券が1,000円ですので、私か事務局にご連絡いただければすぐお届けします。よろしく願いいたします。
- 20周年に関して、時枝さんの「歴史を知ろう」の会に沢山参加いただいてありがとうございます。これからも開催していきますので、是非ご参加下さい。そして20周年は会員全員で作りに上げるものになりたいと思っています。いろいろなお声がかかりますと思いますが、「Yes」と「はい」でご協力をよろしく願いいたします。



「心豊かに年を重ねるために 臨床心理士としての経験から」

黒川 由紀子 様



【プロフィール】

- 上智大学名誉教授・黒川由紀子
老年学研究所所長
臨床心理士、保健学博士(東京大学)。日本老年臨床心理学会副理事長。
- 20歳の頃から高齢者の話を聞くことを喜びとし、老人ホームに通っていた。修士論文のテーマは「高齢者の創造性」で、人間の創造性やアートに関心があった。大学病院、クリニックなどで、認知症、うつ病などの高齢者や家族の心理カウンセリング、グループセラピー、大学や寺で世代間交流プログラム等を実施してきた。高齢者の唯一無二の人生のものがたりを尊重し、聴き、分かちあう、回想法・ライフレビューの実践・普及に務めてきた。

著書：『ミモザ』（木楽舎）、『いちばん未来のアイデアブック』（編著 木楽舎）、『高齢者のマインドフルネス認知療法』（編著 誠信書房）、『認知症の心理アセスメントはじめの一步』（編著 医学書院）、『回想法—高齢者の心理療法』（誠信書房）ほか。

- 1 日本は古来「老い」を大切にしてきた文化がある。能、絵画など。

能面に見る老い

式三「白式尉」東京国立博物館蔵

能面師 福山元(1950～)

浮世絵

田家茶話六老之図(歌川国芳)

しわがよる ほくろができる せはちぢむ
あたまははげる 毛は白くなる 手はふるふ
足はよろつく

老人六歌仙

狂気をはらみ妖怪と化した83歳(1842年)
の自画像

葛飾北斎(画狂老人卅期75歳～)

「天が私の命をあと5年延ばしてくれたら本当の絵描きになることができる」と言い残し、90歳で没。

「卒塔婆の月」

平安時代の歌人 小野小町

破れ笠を背負う老婆だが、横顔にどことなく品がある。

かつて自分に恋した人の怨霊に苦しめられている。

月岡芳年月百婆 明治19年

いじわるばあさん 長谷川町子

- *インスタおばあちゃん(西本喜美子さん、93歳。フォロー26万)

コロナ菌は日干しにしたら死滅するかな～?

Self Portrait

I shoot myself. It is rested in my book.“ひとりじゃなかよ”

- *インスタおじいちゃん(シルバーテツヤ87歳。フォロー15万)

・写真撮ると魂抜かれると思っていた世代

ご先祖様とつながりたい

監督スタイル あきらめたらそこで人生老後ですよ

シルバーテツヤ(84歳)と生チヅコ(84歳)

- 2 高齢社会の基礎知識

高齢者とは何歳から?

	65歳	75歳	90歳
WHO、国家	高齢者→		
日本老年学会	准高齢者	高齢者	超高齢者
厚生労働省	前期高齢者	後期高齢者	

- 日本の高齢社会(長寿)の背景

戦争がない

医療が良い

栄養状態が良い

衛生管理が良い

教育が良い

良いことの積み重ねで世界一の高齢社会となった
 世界が注目するフロントランナー 日本
 世界は日本のどこに注目しているか。
 高齢社会先進国日本がリーダーとしてどう進む
 か？
 高齢社会は誇るべき社会！

世界の健康寿命

WHOが2000年に提唱した概念

健康寿命=平均寿命-日常的・継続的医療介
 護に依存して生きる期間

1位	日本	74.9歳
2位	シンガポール	73.9歳
3位	韓国	73.2歳
4位	スイス	73.1歳
5位	イスラエル	72.8歳

3 私が見てきた高齢者

芸術家 健康寄り
 認知症・うつ病など 「病寄り」
 地域高齢者 「健康」ときどき「病」
 皆様への問い
 「健康」とは？

年を重ねた人にとって

WHOの定義(1946年)

健康とは単に病気でないとか、虚弱でないとい
 うだけでなく、(動的) 身体的、精神的(スピ
 リチュアル)、社会的に完全に良好な状態
 (Health is a (dynamic) state of complete
 physical, mental, (spiritual) and social
 well-being and not merely the absence of
 disease or infirmity.)

???

- WHOの定義によれば、大部分の高齢者は健康
 でないことになる。
- 身体的、精神的、スピリチュアル、社会的に完
 全に良好な高齢者は稀
- 異なる考え方はないだろうか？

稲葉俊郎 「からだところの健康学」(NHK出版
 2019)

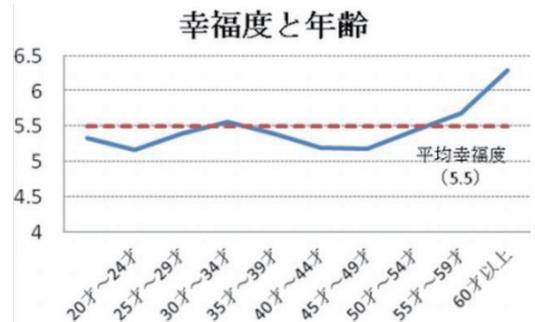
- 健康の定義はひとりではありません。その人
 にとっての「健康」は一人ひとりが主体的に決めて
 発見するものです。
- 医師の仕事は、その人が決めて発見した「健康」
 という目的地に向かうときに伴走者として手助け
 すること。

健康とは

- 西洋医学 病気学
 先進的な機器を使って診断
 病気の「部分」への治療
- 東洋医学等伝統医学 健康学

からだの声を聴く
 バランスを重視
 呼吸法瞑想法 — 西洋が東洋に注目した
 マインドフルネス

- 年齢による幸福度の推移
 (電通こころラボ(2013) 5万人規模の「日
 本人の幸福度調査」)



- 高齢者のこころ
 個人差が大きい
 プライドが高い
 心とからだの境界がゆるい
 唯一無二の人生の物語を持つ
 多くの喪失体験に折り合いをつけ、乗り越えて
 きた強さ
- 高齢者の心理矛盾
 やさしく世話をしてほしい : お荷物にな
 りたくない
 長生きしたい : 長生きしたくない
 今の生活を守りたい : 新しいことに挑戦
 したい
 今の若い人はだめ : 若い人にはかなわ
 ない
 自分の経験を伝えたい : 時代が違う、
 無意味

4 事例

アンビバレント(両価的)な方向性の両面を理解
 する。

- 事例その1 百歳回想法
 センテナリアン 百寿者
 全国の100歳以上、過去最多86,510人(前
 年比6,060人増)
 女性88%(76,450人)
 51年連続増加、11年前の約2倍
 (2021年9月15日人口推計)
 慶成会 青梅慶友病院
 平均年齢約90歳 100歳以上も多い
 百歳の人の記憶を受け取る:回想法
 参加者 入院患者5名
 平均年齢100歳(97~104)
 男性3名、女性2名
 目的 自尊心の向上

ピアサポート

本の作成による世代間伝承等
百歳の体験に学ぶ

そのときは雪が降ったので雪だるまを作っ
て話合い

自己紹介

ス「これぐらいの声の大きさに聞こえま
すか？」

S「大丈夫です」

ス「Y様、聞こえますか？」

Y「お顔は見えております」

ス「声は聞こえますか？」

Y「はい。(間) かすかに聞こえます。」

ス「かすかに…。では、なるべく大き
な声でお話ししましょう」

ふるさと

M「私の生れは、福島県原町。7月に
馬追いがある。」

A「ああ、原町。海岸通り」

S「よくご存じで」

A「僕は福島県の会津です」

S「偶然同じ福島県！」

A「やあ、本当に奇遇です。」

M「会津若松は知ってます。」

A「猪苗代湖の水がおいしい。うちは酒
屋でした。」

M「猪苗代湖のあたりに野口英世の生家
と墓がありますね。」

A「野口英世はうちにいたことがあるん
です。おじいさんたちを診察しました。」

100歳から次の世代へ

百井先生の希望は「古典を教える」こと
だった。

Oさんは、百井先生から定期的に授業を
受けている。

宿題も出る。

先生が忙しいときは、「君、自習でいい
かね」と言われる。

百井先生は優秀な先生だ。現役時代以
上に人生経験を重ね、磨きがかかって
いる。

老人病院、高齢者施設は、教授陣の揃っ
た学校だ。

•事例その2 Hさん

Hさんと靴

•靴デザイナーNORITAKA TATEHANA
がHさんのために靴を制作

•Hさんを訪問、コミュニケーションをはかる。

•「まあ、今まで見たことのない靴！ あなた
は芸術家ね。人がなんて言おうと、かまわ
ずどんどんおやりなさい。」

•新しいものを受入れる力

Hさんの感想

•「夢にも見なかった靴。自分だけのための
靴。長く生きていても、生まれて初めて。
嬉しい！」

•「お棺に入れてちょうだい！ お願いね」

•厳選されたモノのみが入る場所、それがお棺

•「モノ」が「コト」をおこす。

•「モノ」がコミュニケーションをうむ
(TATEHANA)。

•ミモザ MIMOSA

107歳 ピアニスト照子さんのストーリー

THE LIFE STORY OF TERUKO

文 黒川由紀子

好きなのはベートーベン

人はショパンが合うと言う。

私はベートーベンが好き

最初の夫は戦死

1歳の子をぎゅっと抱きしめて

家の前で「行ってらっしゃい」

戦地に出かける夫を見送った

それが最後、二度と会えなかった。

父も母も生きている

なかなか会えない

でもどこかで生きている

人生はそんなに悲しいものではない

みんなによくしてもらって

幸せを数えれば幸せな人生

幸せだったと覚えていてもらいたい。

私いくつ 80歳？

えっ！ 107歳！

いつのまに

•事例その3「自分史年表講座」

目的

- 1 記憶とこころの活性化
- 2 参加者と体験を分かち合う
- 3 自分を再発見する
体験の意味を問い直す
「未来」を考えるきっかけとする。
- 4 伝える
自分を他者に伝える。

方法

年表作り

年表を通して各年代の出来事を振り返り。

エピソードのまとめ

各年代エピソードを2つ選んでエッセイ
実例(男性)

・「昭和・平成年表」

総理大臣
政治経済
世界
社会・文化
世相

「昭和・平成年表」を参照しながら現代史の中の自分史を作る。

「自分史年表」項目

所属
エピソード(出来事・人生の転機)
自己分析(成長)
心に残る風景・人
世界や日本の出来事 自分に与えた影響など

講座終了後：自分史エッセイを小冊子に
自分史年表 参加者の声

- 自分の生きてきた証・足跡を確認できた。
- きれいごとではない生の声を聞き、歴史を知れた。
- 体験を共有することで旧友に会ったよう。
- そのときの気持ちを思い出し、その感情を味わった。
- もっと歴史に興味を持った。
- 子どもたちに何を伝えたいのか考えるようになった。

- 5 幸せに暮らすヒント 自分に言い聞かせる
考え方を改めてよいことに目を向ける。
「幸せ」を感じる小さな瞬間を増やす。 と
考えてみる。
数は少なくとも、信頼できる友達を持つ。
一人の時間を楽しむ。
したいことは全部挑戦する。だめならやめればよい。
未来を憂えず、「今」を大事に。
年を重ねることは素晴らしいと考える。

年を取るという体験について

フロッキー ルイス (91歳)

「私は91歳、体はあちこちがたがた。まだ15歳にしか思えない。
自分に刺激を与えるいくつかの方法。無理にでも外に出る。自分を清潔に整えてファッションナブルにする。ロマンスがいつ転がってくるかわからない。
それに誰かを好きになるのはとってもいいこと。最後は少し尊厳をもって、静かに眠りにつきたい。
身体は無くなっても、パーソナリティは消えない。キャラクターも消えない。」

私の話は以上です。ご清聴ありがとうございました。
謝礼はニコニコに寄付させていただきます。(拍手)

(要約文責 宮下)



- 白井 威 会員 (日高RC) 第2570地区日高ロータリーより来ました。例会再会おめでとうございます。今日はお邪魔します。よろしくお願ひします。
- 吉澤 靖司 様 (東京中央RC) 本日はメーキャップさせていただきます。12月3日のクリスマスチャリティーコンサートのご協力のお願ひで参りました。よろしくお願ひ致します。
- 富田 洋平 会長 昨日、ポリオウォークラリーご参加の皆様お疲れ様でございました。当クラブから沢山のご参加があり、とても素敵な1日となりました。
- 明山 友美 会員 皆様10月24日「世界ポリオデー トレインジャックプロジェクト」にご参加下さり有難うございました! 皆様の応援のお陰さまで達成することが出来ました! 有難うございます。
- 石川 和子 会員 昨日はポリオウォークラリー御参加の皆様お疲れ様でした。改めて中央新の結末は素晴らしいと感じました。
- 井関 和美 会員 ポリオデーお疲れ様でした。明山会員をはじめ、皆様のがんばりにニコニコさせていただきます。
- 大盛 敬子 会員 明山会員を初め、お若い会員の方々の活発な行動に心から敬意を表してニコニコさせていただきます。
- 白坂 亜紀 会員 日高ロータリークラブ白井様 本日はメーキャップにいらして下さってありがとうございます。
- 時枝 紀子 会員 本日は黒川様の卓話楽しみにしております。
- 西村 美寿穂 会員 本日は黒川由紀子様をお迎えして、とても嬉しく思います。
- 野呂 洋子 会員 コロナも収まりつつあり、馬場さんの入会式ができるようになり、嬉しくてニコニコします。
- 水野 珠貴 会員 世界ポリオデーウォークラリー成功おめでとうございます。出席できず、本当に残念でした。代わりにニコニコします。
- 山田 桂子 会員 世界ポリオデー・トレインジャックプロジェクトに多くの方ご参加頂き、ありがとうございました!

ここに合計 40,000円

クラブ週報
編集担当

宮下 文夫・山田 桂子・小堀 彰・
川口 恵・金子 健彦・諏訪 智美・
大石 由梨枝・白坂 亜紀