

# ROTARY CLUB OF AMA WEEKLY REPORT.



2023~2024年度  
国際ロータリーテーマ

世界に希望を  
生み出そう



2023-2024年度 RI会長 ゴードン R. マッキナリー

第2762地区ガバナー 酒井 法文

会長 加藤 春視 副会長 高山 敏

幹事 竹田 竜一郎

例会日 毎週月曜 例会場 名鉄グランドホテル

【公共イメージ向上委員会】

委員長 大西 晃弘 副委員長 山田 広明

委員 池崎 晴美・木下 章吉・武藤 正俊・中西 巧

【事務所】〒453-0015 名古屋市中村区緑町17番16号 丸元ビル TEL.(052)451-6617 FAX.(052)451-6710 e-mail: kk01-ama@eos.ocn.ne.jp

## 2023年 7月24日(晴れ) 第3週 第2435回例会

Song ” それでこそロータリー”

Attendance

会員	65名	欠席	13名	出席率	74.51%
----	-----	----	-----	-----	--------

President Time

加藤春視 会長



本日は、日本ハグ協会の高木さと子様にご卓話をお願いしています。会社の成長につながると楽しみにしています。よろしくお願いいたします。

RIゴードン・マッキナリー会長テーマについてロータリーの友に記事がありましたのでご案内いたします。RIテーマは、「世界に希望を生み出そう」です。今回のテーマは、なんと。さかのぼる事、2004年、インド洋大津波の後に繋がっていました。RI会長は、インドの地で一人の老婆のように老け込んだ女性に出会いました。彼女は大津波で全てを失った後でした。「彼女は希望も何もかも失いました。でも、この先を生きる希望をロータリーがくれたのです」人は、希望が望がなければ、未来へ進めません。大切なことを教えてもらったのです。これは皆さんへのお願いです。世界に希望を生み出しましょう。

優先事項は？

継続性の観点から、女兒と女性のエンパワメントを今後も続けます。戦争を止めるのではなく、そもそも戦争が起こるのを止める。予防は治療よりも大切です。ロータリーの重点分野のほぼ全てに、これを実現する可能性があります。つぎにメンタルヘルスへの取り組みです。世界的なコロナ禍が収束の方向に向かっていますが、精神的に苦しんでいる人は数多くいます。RI会長はこれが次のパンデミックだと思っています。最も基本的なレベルでは、メンタルヘルスについて話し合えるようにして、人々が必要とする専門家の支援を受けられるようにし、心の健康を取り戻すまで寄り添うことです。RI会長は兄を自殺で亡くされ。今でもつらい。こういうことには誰もが無関係ではないと気付いてほしいからです。140万人のグローバルネットワークとして、私たちはこうしたことをタブー視することをやめ、差別や偏見をなくすことで変化をもたらすことができるでしょう。自身の経験から、ロータリークラブの多様性を活かし、人々の関心や情熱を引き出すリーダーシップを展開する。ロータリークラブはどれ1つ同じではなく、

Today 7月31日(第2436回)

担当 黒川元則 親睦活動委員長

演題 夜間友愛例会

於：名鉄百貨店屋上ビアガーデン

18:00点鐘(お昼の例会振替)

Next Week 8月7日(第2437回)

担当 大竹敬一 プログラム委員長

演題 卓話

「間違いだらけのオリーブオイルの使い方 選び方」

篠田 真理さん



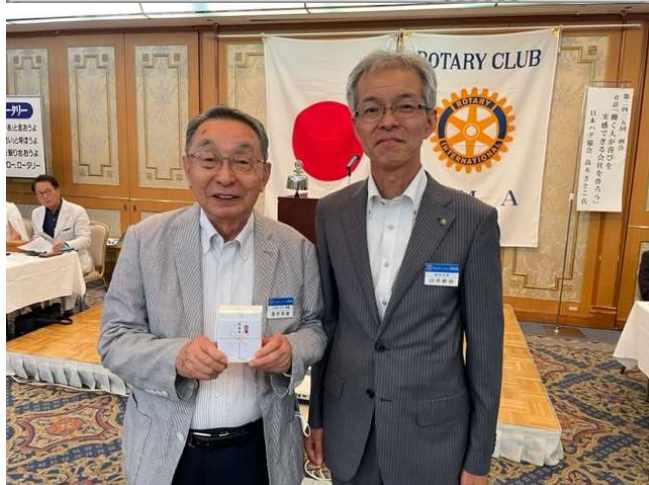
ひとりひとりがさまざまな関心事を持っていると学びました。すべての人が私ほど情熱的だというわけではなく、時には自分が少し夢中になりすぎるように感じることもありますが、誰にでも情熱を持っているものがあるはず。秘訣は人々の関心を生かして、自分のやりたいことができるようにすること。入会した人に、「あなたはこうするべきだ」と教えることをしません。そうではなく、ロータリーに迎え入れたら、「あなたのためにロータリーは何ができますか？と聞くのです。なんと、素晴らしいのでしょうか。押し付けるのではなく、何ができますか？と聞くのです。素晴らしいRI会長です。感動いたしました。

## Secretary Report

### 竹田竜一郎 幹事

- 1 次週7月31日（月）は夜間友愛例会です。お昼の例会振替です。場所は名鉄百貨店屋上ピアガーデン、点鐘は18:00です。

## 2022 - 23年度出席賞



通算40年皆出席賞 酒井和雄君



通算25年皆出席賞 加藤春視君



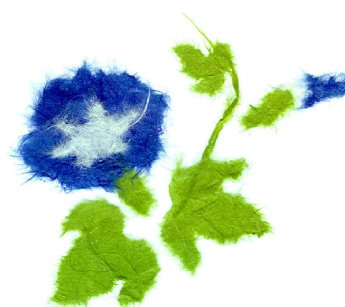
通算20年皆出席賞 後藤 眞君、水谷安紀君



通算10年皆出席賞 加藤 徹君、中西 巧君、大西晃弘君



通算5年皆出席賞 後藤裕一君、竹田竜一郎君







#### 年間最多出席賞

1位 鈴村君、2位 黒川君、3位 児玉君



#### 年間ホームクラブ皆出席賞

後藤（裕）君、板津君、水谷君、武藤君

#### 年間100%以上出席賞

後藤（眞）君、後藤（裕）君、家田君、稲垣君、板津君  
 神野君、加藤（文）君、加藤（春）君、加藤（憲）君  
 加藤（徹）君、児玉君、栗木君、黒川君、水谷君、武藤君  
 中島君、中西君、西川君、小倉君、大西君、酒井君  
 鈴村君、竹田君、武井君、田中君、谷川君、臼井君  
 山田（広）君、山田（尊）君、横井君

## ニコボックス

### ご投函有り難うございます

高木さと子さん

卓話に呼んでいただき、有難うございます。

加藤春視 会長

本日の卓話、日本ハグ協会高木さと子様、よろしくお

願いいたします。

第1回ニコボックスラッキー賞受賞の方々、おめでとうございます。

高山 敏 副会長

暑くなりました。皆様お体には気をつけてください。  
 日本ハグ協会高木さと子様、本日の卓話よろしくお願  
 いします。

竹田竜一郎 幹事

日本ハグ協会高木さと子様、本日の卓話よろしくお願  
 いします。

22日土曜日、今年1発目の手筒花火を名古屋競輪場で  
 打ち上げました。夏が始まりました。

酒井和雄君

雨にも負けず、風にも負けず、家内には負け。ロータ  
 リーの皆様のおかげをいただき、健康で倒産せず、40  
 年皆出席。長いようで短い40年。

加藤徹君、国土交通大臣賞受賞おめでとう。

臼井直前会長、1年間ご苦労さんでした。

東海広光君

神戸東RCのお世話で、7月29日に神戸ポートピアホ  
 ールで開催されます、第26回全日本ロータリークラブ  
 親睦合唱祭に、総勢28名で参加してまいります。全国  
 からご参加のロータリアンの皆様に「昴」と「岬めぐ  
 り」の2曲を披露いたします。前日の六甲国際でのゴ  
 ルフ、合唱祭、参加者全員での大懇親会と、盛り沢山  
 の大変楽しいハードスケジュールです。あまRCの皆  
 さん、コーラス部に入会いただき、来年は一緒に参加  
 いたしませんか。新しいRCの世界が見えると思いま  
 す。

青本道春君

土日、炎天下に妻と草刈りをしました。2人とも軽い  
 熱中症にかかりました。今年はとても暑い夏が予想さ  
 れます。皆様、お体に気をつけて夏を越えてください。  
 休憩していると赤とんぼがたくさん飛んでいました。

加藤 徹君

ネコを保護しました。我が家は定員オーバーで飼うこ  
 とが出来ないので、どなたか希望ありましたらお願い  
 します。2才くらいのキジネコ、メスです。

田中正博君

街路樹の百日紅がきれいに咲きだしました。夏本番、

暑さに負けるな！！

寺澤正樹君

さとちゃん、今日は忙しい中有難うございます。沢山ハグさせてあげてください。

後藤裕一君

ニコボックスの皆さん、お疲れ様です。100%皆勤、引き続きガンバります。

服部竜也君

暑いです。ご自愛くださいませ。

家田安啓君

いよいよ盛夏ですね。身体に気をつけてください。

池崎晴美君

ハッピートーク出前授業、なんと沖縄の小学校で行いました。可愛い笑顔が広がりました。

今日の卓話は仲良し高木さとちゃんです。よろしくお願いします。

稲垣秀樹君

日本ハグ協会会長高木さと子様、本日の卓話よろしくお祈いします。

神野恭寿君

先日、息子と男2人旅、モロッコへ行って来ました。サハラ砂漠最高でした。

神田康史君

妻の死去に係る会葬につき、メンバーの方々に多数参列いただき、誠に有難うございました。

児玉憲之君

ニコボックス委員会の新しい取り組みに、初チャレンジさせていただきます。良いアイデアと思います。

黒川元則君

親睦IDM参加の皆さん、有難うございました。会長・幹事、川島君、有難うございました。

黒野晃太郎君

孫のお守りでいささか疲れています。動物園暑かった。

光岡正彦君

暑くなりました。皆様お体には気をつけてください。

水野 眞君

ホテルに囲まれた我が家はゴミと賑やかさに包まれます。日本へお金を落として行って来てます。

水谷安紀君

ニコボックスの皆様、ご苦労様です。

小倉廣三君

日本ハグ協会高木さと子様、本日卓話よろしくお願い致します

大西晃弘君

ニコボックスの皆様、ご苦労様です。

臼井幹裕君

暑い日が続きますネ。お体ご自愛ください。

100%以上出席表彰、有難うございました。

山田朝子君

暑くなりました。皆様お体には気をつけてください。

横井久雄君

暑くなりました。皆様お体には気をつけてください。

合計 118,000円



7月ニコボックス賞 加藤（徹）君、寺澤君、東海君

卓 話

「働く人が喜びを実感できる職場を作ろう」

日本ハグ協会 高木さと子さん



## 働く喜び 3つの確認ポイント

- 1、希望を共有できているか
- 2、自己成長できる環境か
- 3、価値は認知されているか



日本ハグ協会

ハグ+コミュニケーション  
→ハグニケーション

自分と人を幸せにするコミュニケーション

### ハグの効果

- オキシトシン(幸せホルモン)  
→ストレス軽減、ボランティアでも効果出る
- セロトニン(感動ホルモン)  
→副交感神経優位になり  
心の安定、リラックス、安眠に効果的



### ハグのしあわせ循環

安心、リラックス、ストレス軽減、不安解消

↓  
安眠、免疫力向上

↓  
やる気、元気

↓  
習慣化 優しく 円満に



## ハグがもたらす幸せ

- 1、何度言ってもできなかった息子が一瞬でできるように
- 2、大嫌いだった姑に感謝が生まれた
- 3、介護施設でおじいちゃん、おばあちゃんのハグの行列
- 4、話せない食べられないお父さんが手を握り返し涙
- 5、子どもに苛立ち怒鳴りつける母を道端でハグ



株式会社ハグニケーションズ

ミッション:働く人のしあわせをつくる

ビジョン:働く人が  
喜びを実感できる会社をつくる

### 目に見えないものが 見えるものを作っている

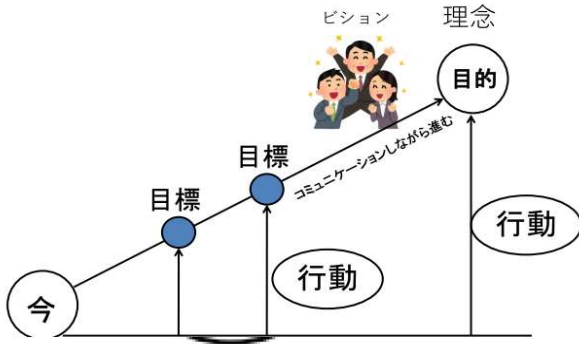


### 目標設定のメリット

- 1、内発的動機付け(仕事のモチベーション)
- 2、現在地が明確になり改善点が見えやすい
- 3、必要な、人・モノ・学びと繋がりやすくなる
- 4、セルフマネジメントしやすくなる
- 5、達成感を感じられる、さらに成長できる



## 目的・目標・ビジョン描こう！



人は、計画したことの  
7割は、実行しない  
9割は、継続しない



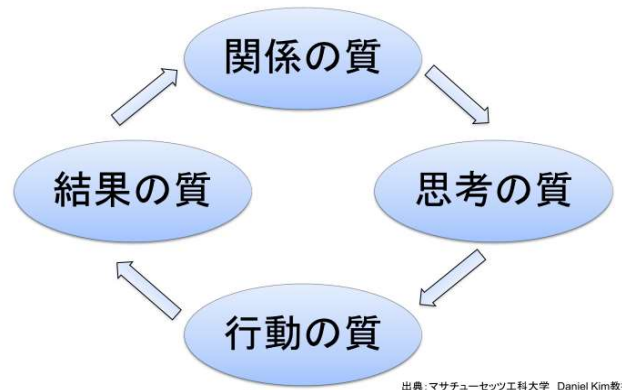
## 行動しない・動かない人の理由

- ① やり方がわからない（やり方を教えて欲しい、教えてくれない）
- ② これでもいいのかわからない（確認したい、先延ばし）
- ③ やりたくない（納得していない、反発心）
- ④ うまくできる自信がない（気持ちの問題、成功体験がない）
- ⑤ めんどくさい（社会人としての意識、自覚不足、主体者意識欠如）
- ⑥ 失敗して傷つきたくない（恐れ）
- ⑦ 緊急度を理解していない（検証、確認、理解の不足）
- ⑧ 重要度を理解していない（検証、確認、理解の不足）
- ⑨ 他にやりたいことがある（優先順位、タスク管理、報連相の不足）
- ⑩ やらないことで何かを伝えようとしている  
（人間関係の問題、個人の課題）

## 働く喜び 3つの確認ポイント

- 1、希望を共有できているか
- 2、自己成長できる環境か
- 3、価値は認知されているか

## 成功の循環



出典：マサチューセッツ工科大学 Daniel Kim教授

## ストロークを与え合う（心に栄養を！）

	条件付きのかかわり	無条件のかかわり
肯定的ほめる認める	<p><b>ここが「いいね！」</b></p> <p>「今月の売上達成、素晴らしい」 「今日の発表は上手かった」 →自己効力感を高める →偏ると、不安感が出る よい子を演じる</p>	<p><b>まるごと「いいね！」</b></p> <p>「そのままのあなたが素晴らしい」 「おはよう！」 「おつかれさま！」 →存在肯定 →安心感、自尊心高まる →自己肯定感高まる</p>
否定的叱る否定する	<p><b>ここが「ダメだよ」</b></p> <p>「嘘つきはいけません」 「遅刻はダメです」 →「出来事」を叱ることが大切 →日頃から、肯定をもらっているからこそ 部分否定を受け取れる</p>	<p><b>あなたは「ダメな人」</b></p> <p>「何をしようが、あなたを認めない」 「やっぱりお前はダメなやつだ」 →存在否定・人格否定 →長期にわたれば自尊心を失い 自己効力感を失う</p>

## 気持ちの対策って???

- ① 目標を見失っていないか
- ② 不安なことは確認し解決しているか？
- ③ 自分の役割は明確か？
- ④ モチベーション保っているか？
- ⑤ 相互支援はできているか？
- ⑥ 成長に向けてチャレンジできているか？

## 日本流ハグの作法



- ① 足を肩幅に開く
- ② 目の前の人を心から大切に想う
- ③ 自分の一番の笑顔をプレゼント
- ④ 大きく両手を広げる
- ⑤ 相手が飛び込んでくれるまで微笑む

注意！  
もしも反応がなければ握手にしたり、おじぎをしたり工夫してね。  
相手の目線に合わせる  
これもハグです。