



RI 会長テーマ

会 報

クラブ会長テーマ

ロータリーの第2世紀の第1章を書こう!



2006-5-24 第745回例会 NO. 16-42 2006-5-31 発行

◎司会 SAA委員会 村上 久

◎点鐘 会長 北村 幸彦

◎ロータリーソング『我らの生業』
ソングリーダー 吉沢 洋景

◎お客様紹介 会長 北村 幸彦

来客なし

◎会務報告 会長 北村 幸彦

1. 本日例会終了後、臨時理事会を開催いたします。
2. 現在会員候補者として推薦が挙がっている方を今月の最終例会に招待し、クラブの雰囲気等を味わっていただき少しでも入会に結びつけばと考えご案内をしています。推薦者の方は更に声を掛けていただき、一人でも多く参加していただけるようお願いします。今のところ伊藤会員推薦の方一人の出席が確認されています。他に少しでも多くの方をお願いしたいと思います。現在7名の推薦があり、本日更に2名が追加されます。この内半数でも入会いただければありがたいと考えます。

◎幹事報告 幹事 篠崎 一雄

1. 多摩グリーンロタキッドクラブ「心の詩少年少女合唱団」団員募集パンフレットを多摩市内の小中学校の児童・生徒全員に配布しました。皆様のお孫さんへの加入呼びかけもお願いします。
2. 「R12750地区識字率向上グループ」報告。
地区RC83クラブに照会の結果
 - ・今までに識字率向上活動を行ったクラブ
ある→33 ない→49 その他→1
 - ・次年度以降予定しているか?
予定している→25 計画なし→38
未定、分からない、検討中→20

◎次年度会務報告 会長エレクト 関岡 俊二

1. 最近暗いニュースが多く、幼稚園にも市や警察から「不審行為が後を絶たず非常に多い」という手

紙が届きました。多摩市でも下校時間に市内全域に放送が流れるようになりました。次年度は地域の防犯に貢献いたしたく社会奉仕委員会で案を練っていただいております。まだ原案の段階ですが皆様の車にパトロールのステッカー（見本作成中）をお貼りいただき時間の許す時にパトロールをするだけでも地域の犯罪防止に貢献できると思っています。警察や市にも話をし、理事会決定次第皆様にご報告したいと思います。その節にはご協力をお願いします。

2. 来週の例会前に臨時の被選理事会を開催します。

【委員会報告】

◎出席報告 出席委員会 内田 杏

会員総数 39名
出席義務者数 38名(出席免除者2名)
出席者数 26名
欠席者数 12名(事前MU0名)
出席率 68.42%
補填MU:なし

5/10 最終訂正出席率 73.68%

◎ニコニコBOX 親睦活動委員会 内田 杏

北村 幸彦 宮村さん、「イカリ」はおさまったでしょうか?今日は卓話よろしく。

篠崎 一雄 ここ何日か暖かい日が続きますが、お身体に気をつけましょう。宮村さん続きの卓話楽しみにしています。

大松 誠二 宮村さん、頭に鳥が巣を作ったら面白いね。

萩生田政由 宮村さん、卓話楽しみにしています。良いオヤジ!!

伊藤 英也 宮村さん、卓話楽しみにしています。

宮村 宏 私の独り言聞き流してください。

事務局 〒206-0033 多摩市落合1-43 京王プラザホテル多摩561号 Tel 042-372-6463 Fax 042-372-6491 E-mail tamagrc@cello.ocn.ne.jp

会長:北村幸彦 幹事:篠崎一雄 会報委員長:宮本誠 副委員長:高木淳光 例会場 京王プラザホテル多摩

委員:大松誠二・萩生田政由・伊澤ケイ子・澄川昇・由井眞司

例会日 毎週水曜日12:30 月最終例会18:30

関岡 俊二 宮村さん、元気な卓話期待您的しています。
 加藤喜三郎 宮村会員の卓話楽しみにしています。
 菊池 敏 宮村さん、卓話楽しみにしております。
 海野 榮一 宮村さん、卓話！どんなお話でしょうか？ひょっとして・・・オヤジのメンタルケア？
 赤尾 恭雄 宮村さん、卓話楽しみにしています。
 小谷 敏章 最近、天気が悪いせいかお客様の入りが芳しくありません。今日は今のところ、晴天なので。
 内田 啓 宮村さん、卓話期待您的しています。

本日の合計¥18,000 (累計¥960,342)

◎その他委員会報告

* ロタキッド委員会 委員長 宮本 誠

1. 先週から今週にかけて皆様のご協力で団員募集パンフを小中学校に配布しました。早速反響があり見学者が4名出ました。その内の3名は6月より入会で、6月からロタキッドは20名になります。今後更に増えそうです。
2. 6月3日(土)に芸術劇場でロタキッドが出演する演奏会のパンフレットをお手元に配布しました。3千円、4千円のチケットはありますのでお世話します。

* ゴルフ同好会 ゴルフ幹事 村上 久

1. 来る6月5日プロアマチャリティゴルフ大会にまだ1名の枠があります。参加希望者は私までお申し出下さい。
2. 「第65回スクラッチ会のご案内」を配布しました。大勢の参加をお願いします。

* 親睦活動委員会 委員長 足立潤三郎

6月21日(水)はにぎやかな最終例会にしたいと考えます。それには多くの奥様方が参加していただけるか否かにかかっています。本日帰宅された際に是非参加をお願いして下さい。

◎卓話「メンタルタフネス」 宮村 宏会員

本日は私の専門分野でありますスポーツの中で、最近良く話題になっている「メンタルタフネス」についてお話します。ゴルフ、野球等スポーツに欠かせないのがこの「メンタルタフネス」ですが日常生活、会社の業務向上にも役立っています。

この言葉と出会ったのは昭和51年に実力アップ

と指導技術を学ぶためアメリカフロリダ州ゲインズビルに2年半テニス留学をしている時です。「メンタルタフネス」(精神的にタフ)のある選手は成績が安定しています。メンタル要素が勝負の50%以上を左右すると言われ心の中で起きる変化がプレーに現れ試合結果に直接影響を与えます。それは天性の素質というより練習によって身に付けることができる技術です。

体はリラックスしていながら自信に満ち集中力がみなぎっている理想的な心理状態をI.P.S (Ideal Performance State)と呼んでいます。それが「メンタルタフネス」の正体と言って良いのです。

落ち着き、不安の解消、肉体的リラックス、意欲、楽観的態度、楽しさ、無理のない努力、自然なプレー、注意力、精神集中、自信、自己コントロール の以上12項目が練習により自然に得られるようになれば精神的強さは飛躍的に向上します。



<日常生活や会社内でのI.P.Sの高め方>

- ・相手の言葉に耳を傾け相手の立場に立って考える
- ・機会あるごとにチームメイトを励まし、うまくいった時は誉める。
- ・自分に厳しく仕事に貢献すること。熱心にやることで他の人も刺激を受けます。
- ・常に楽観的に、積極的にムードを作り皆にやる気を起こさせます。
- ・もめ事は速やかに解決する。直接不満をぶつけるか、当人同士で話し合いをさせます。第三者に不満をぶつけない。
- ・自信を内に秘め他人の話を良く聞く。
- ・ミスをしたときは仲間に責任転嫁しない。ミスは自分で反省し責任をとる姿勢を示す。

◎点鐘

会長 北村 幸彦

(今週の担当 小早川典克)