

2023-24年度R1テーマ
Create Hope in the World
世界に希望を生み出そう

R1会長
ゴードンR.マッキナリー



TAKEHARA ROTARY CLUB WEEKLY BULLETIN 竹原ロータリークラブ週報

会 長	宮本 和彦	会 計	土伏 英晴	管理運営	吉本きよ子
会長エレクト	福本 博之	S A A	三好 静子	会員組織	堀越 賢二
幹 事	宇都宮勝博	副S A A	木村 安伸	奉 仕	久藤 孝仁
副 幹 事	福本 博之	直前会長	板場 英行		

事務局／〒725-0021竹原市竹原町3591
TEL／0846-22-7570 FAX／0846-22-7651
E-mail／rc-take@estate.ocn.ne.jp
http://www.takehara-rc.com
例会日／毎週木曜日12:30~13:30
例会場／大広苑 TEL(0846)-22-2970

本日のプログラム 2月1日	次週のプログラム 2月8日
誕生祝・各会員各記念日祝	中間決算報告

【2024年 1月25日 第2795回例会記録】

- 点 鐘
- ロータリーソング：我等の生業
- 4つのテスト：吉本きよ子会員
- 会員数：12名
- 出席者： 6名 □欠席者： 3名
- メイク： 3名 □出席率：75%

各会員各記念日（2月）

- 会員誕生日 土伏 英晴
- 配偶者誕生日 土伏 英晴

1月記念日代表者謝辞



1月 福本博之会員

会長の時間

【直前会長 板場英行】

本日は宮本会長が欠席ですので板場が代理を務めます。本日の会長の時間、「共感疲労」と「ポジティブ・シンキング」をキーワードしてお話しします。

昨年来のウクライナやイスラエルでの戦闘、気象異常に起因した災害など、ショッキングな映像や写真を頻繁に目にしている中で、元旦にマグニチュード7.6の能登半島地震が発災し4週間となります。連日、ニュースほかで被災状況が報じられ被災者の逼迫した困窮状態が飛び込んできます。「共感疲労」は、辛い状況にいる人の苦しい気持ちに共感しすぎて、自分自身の心が疲れてしまう状態をいいます。他人の悲しみや怒りといった負の感情を、相手の心情や考えに寄り添って理解しようとするコミュニケーション能力が過度に働いて、相手の辛い気持ちに引き込まれていく現象です。共感疲労の主な症状は、疲れが抜けにくくなる、仕事や趣味にやりがいを感じなくなる、ちょっとしたことでイライラする、気分が落ち込んで悲しくなるなどです。共感疲労になるかどうかは人によって個人差があります。悲しいニュー



スを見ただけで起こる人もいれば、毎日戦争や災害



のニュースを見ていてもまったく起こらない人もいます。物事の捉え方や感じ方には人それぞれ個人差があるため、割合共感疲労になりやすい人の特徴は、感受性が強い人、好奇心が旺盛な人、社会的使命感を

持っている人、そしてネガティブ思考の人がなりやすいようです。対処法は、「ポジティブ・シンキング」「デジタル・デトックス」「相手と自分を切り離して考える」などが推奨されています。この中で、「ポジティブ・シンキング」に関して、タイガーウッズの逸話があります。タイガーウッズは全盛期トーナメントの最終日、最終組でのプレイ勝率が実に95%であると言われていました。その秘訣は「ポジティブ・シンキング」（前向きの発想、積極的考え）の極めつけであり、同組のプレイヤーがグリーン上でパットを打つときに「入れ」という念術をいれるということです。普通、優勝を争っている相手のパットですので、できれば入ってほしくない和願いたるところですが、彼は「入れ」という「ポジティブ・シンキング」を行うことで、次に回ってくる自分のパットへの良好なイメージを維持するということ、勝負の世界で大成功を収めています。

2024年の年始めに起こった能登半島地震による「共感疲労」と共感疲労に対する「ポジティブ・シンキング」についてお話ししました。

奉仕プロジェクト委員会担当例会



1月26日（金）吉名学園にて環境問題に関する出前授業を行うにあたり、講師の宇都宮会員から事前にその内容について映像を見ながら説明を受けました。

.....
1月26日（金）竹原市立吉名学園の8、9年生（39名）を対象に、メディアセンター教室において、4時間目授業（11：35～12：25）として、環境問題に関する出前授業を実施しました。宮本会長から挨拶の後、宇都宮会員が講師となり行われました。

