



# 和

## 2018-2019

### 第2回例会

RIテーマ BE THE INSPIRATION

インスピレーションになろう

クラブテーマ 『「和」を以って～夢を～』

# 会報 No. 1046

# 豊橋東ロータリークラブ

事務局：豊橋市花田町石塚 42 豊橋商工会議所内 TEL 0532-56-8566 FAX 0532-39-7520

会長：西 崇秀 副会長：安田直樹 幹事：福井知裕 出席・会報委員長：長田徹也

平成 30 年 7 月 11 日(水) 12:30～13:30

例会会場：ホテルアークリッシュ豊橋4F ザ・テラスルーム 担当：理事会

ロータリーソング「我らの生業」/「四つのテスト」唱和：金子 和久 さん

「ロータリーの友」7月号読みどころ紹介：馬淵 紀充 さん

ゲスト なし

出席報告

会員総数	計算会員	出席免除者数	欠席	出席率	6月20日修正出席率	ビジター
44名	41名	3名	12名	70.73%	84.62%	3名

### 会長挨拶

### 西 崇秀 会長

会員の柴田憲一さんがご逝去されました。3週間ほど前に、福井幹事とお見舞いにお邪魔したときは、まだしっかりと会話ができて30分程度お話しすることができました。その30分の大半がロータリーのお話でした。柴田さんは、根っからのロータリアンであると改めて感じさせていただきました。今年一年、柴田さんの思いをしっかりと胸に活動して参りたいと存じます。ご冥福をお祈りいたします。

先週の土曜日、私が教える小学生バレーの県大会がありました。結果は、私の予定とは違い賞状も取れず残念な結果に終わってしまいました。その試合の中で、何でここで、とプレーを見て感情、怒りになることも多々あります。そこで、アンガーマネジメントを実践しようと思いましたが、なかなか感情には勝てませんでした。アンガーマネジメントの実践は、まず1点目は衝動 怒りを感じたらまず6秒やり過ごすそうすると衝動的な行動を抑えることができる。2点目は思考の中の自分自身の中にある「こうあるべき」という価値観が破られたとき怒りになるので、あるべき許容範囲を広げる。3点目は心のボキャブラリーを増やす。言葉を置き換えてのみこむことで自分の感情、怒りを抑えていく。実践するもうまくいかないのが現状で、まだまだ、修業が必要だと思っている今日この頃です。

### 地区大会PR

2018-19 年度地区大会実行委員の3名(酒井 克嘉氏(蒲郡RC会長)、市川 晶也氏、近藤 耕次氏)がお見えになり、11月10日(土)、11月11日(日)に蒲郡市民会館にて開催される地区大会のPRをされました。



### 本日のプログラム 役員・理事・委員長方針発表

安田 直樹 副会長、鈴木 雅晶 職業奉仕委員長、川原 元則 社会奉仕委員長、平野 正博 親睦活動委員長、水谷 朱美 会員増強・職業分類委員長、長田 徹也 出席・会報委員長、馬淵 紀充 公共イメージ向上委員長、渡邊 茂 ロータリー情報・研修・会員選考委員長



### 3分間スピーチ

### 木所 壮太 さん

本年度、地区の会員増強委員会に出向させていただきます。委員会は月に一回ガバナー事務所でおこなわれ、基本的には泊まりで行っています。今年度に入っての最初の委員会は来週ありますが、すでに今年1月から活動しています。3年間断酒していましたが途切れてしまいました。当クラブでは会員増強に高い目標を掲げておりますのでご協力よろしくお願ひします。

