

# Weekly Report



人類に  
奉仕する  
ロータリー

2016～2017年度  
国際ロータリーのテーマ  
人類に奉仕するロータリー

2016～2017年度  
名古屋瑞穂ロータリー会長のテーマ  
さらなる前進

創 立：1980年(昭和55年)1月10日  
会 長：八木沢幹夫  
幹 事：関谷 俊征  
クラブ広報委員：星野 一郎  
例 会 日：毎週木曜日PM12:30～  
会 場：ビルトン名古屋

事 務 局：460-0008  
名古屋市中区栄1丁目3-3 AMMNATビル7F  
T E L：052-211-3803  
F A X：052-211-2623  
M A I L：2760\_nagoya@mizuho-rc.jp  
U R L：http://www.mizuho-rc.jp/

## 第1777回例会

～水と衛生月間～  
クラブテーマ：「熱田の杜・友愛・気品」

2017年3月2日(木) 曇り 第30回

司 会：中野健二会場委員

ゲ ス ト：シナプソロジー教育トレーナー 榎本加代子さん  
竹崎恭平さん

ビ ジ タ ー：名古屋RC 盛岡宏さん

### 会長挨拶

八木沢幹夫会長

旅行医学なる分野があります。何かと思われ  
かと思いますが、観光旅行、ビジネストリップだけ  
ではなく、通勤、通学、通院も含む人の移動に伴う  
安全と快適性を高める分野です。約15年前より  
立ち上がった医学分野です。最近の記事を見て、  
私自身もこのような状況になっていると思いま  
せんでしたので紹介します。



ここ数年、耳鼻科医へ来院するの中高年だけでは  
ありません。耳詰まり、耳痛、飛行機搭乗前の相  
談などでみえられる方が以前より少しずつ増え  
てきました。

最近、外務省で発表された日本人の海外での死  
亡統計、海外保険の支払い統計と、大手旅行会  
社のトラブル集計があります。統計で海外旅行  
中の死亡の原因は、第一に脳卒中、第二に心筋  
梗塞、第三に交通事故の順でありました。即ち、  
海外での死亡原因は救急医療が主体です。

医師だけではなく、一般的にも死亡率の主体は  
感染症、特にマラリアやコレラなどと思われ  
ていますが、マラリアでの死亡率は10年間の  
統計で年間0.8人、コレラや下痢による日本  
人の死亡はありません。2008年度海外にお  
ける死亡要因の約68%は疾病です。その現  
状は日本の縮図そのものです。

### ニコボックス

長谷川直樹ニコボックス委員

・先週の例会は遠い所をご参加ありがとうございました。先週末は一部のメンバーにお付き合いいただき、ありがとうございました。今週は野崎さんにお世話になりました。 関谷 俊征さん

・田中宏さん、鳥山さん、村上さん、近藤茂弘さん、先日はお世話になりました。ありがとうございました。また、ニコボックスにも御協力ありがとうございました。 湯澤 勇生さん

・3月は結婚記念月です。 渡辺喜代彦さん

・3月6日は家内の誕生日です。いつまでも元気で。 鳥山 政明さん

・野崎さん、関谷さん、堀さん、鈴木淑久さん、村上さんありがとうございました。 山口 哲司さん

・川奈では野崎さんはじめ、皆様にお世話になりました。別件ですが、長瀬さん風邪を引かないよう気を付けて下さい。 鈴木 淑久さん

・鈴木淑久君にお世話になりました。 長瀬憲八郎さん

・2月27、28日の両日、伊豆川奈ホテルでゴルフを楽しんできました。両日も天候に恵まれ、特に2日目の富士コースからは霊峰富士山を眺めながら最高のゴルフでした。NOZAKI・CUPにご参加の皆さんに感謝!!

野崎 洋二さん

・先週の例会、欠席し申し訳ございません。医師会の仕事が3月で終了しますので楽になります。ラストスパートです。 長谷川 隆さん

・ロータリーに興味があるとのことで、竹崎さんをお連れしました。

平野 好道さん

### 出席報告

長谷川直樹出席委員

会員65名 出席46名 (出席計算人数47名)

出席率 82.1% 2月23日は補填により74.5%

### 幹事報告

関谷俊征幹事

・本日13:40から第5回CA・第9回理事会をヒルトン名古屋4階「梅の間」にて行います。

・3月9日(木)11:00から長期ビジョン委員会をAMMNATビル7階名古屋瑞穂RC事務局内にて行います。

・3月9日(木)13:40から第2回新会員研修会をヒルトン名古屋4階「梅の間」にて行います。

### 委員会・同好会報告

#### 国際奉仕委員会:田中宏委員長

3月14、15、16日に台北延平RC訪問いたします。15日午前は陽明山で片道2km弱の山歩きがあります。普段の台北訪問とは異なりますので、メールボックスにご案内が入っております。参考にして下さい。また、山歩きが難しい場合は、人数調整の連絡をしますので、お知らせくださいますようお願い致します。

#### 地区報告:近藤雄亮さん

4月22日(土)次年度のための地区研修・協議会があります。地区の方針として「今日からのロータリーを楽しもう」「ロータリーがいかに価値があるか」を強調していこうということになります。ロータリー公共イメージコーディネーターを務めている高野さんを講師としますので、入会3年未満の新会員は会議に出て頂き、ロータリーを知っていただきたいと思ひます。

## 3月誕生日おめでとう

岩本 成郎さん 伊藤 豪さん 酒井 俊光さん

### 委嘱状授与

八木沢会長より、近藤雄亮さんに「地区諮問委員会委員」「地区指名委員会委員長」「地区10年史委員会委員長」、山口哲司さんに「地区インタラクティブ委員会委員」、梅村昌孝さんに「資金推進委員会委員」の委嘱状が送られました。



### 卓話

シナプソロジー教育トレーナー 榎本加代子さん

#### シナプソロジー・機能改善体操～脳も身体も活性化しよう～

皆さんこんにちは。私はシナプソロジーインストラクターをしています。本日は短い時間ですが、シナプソロジーというプログラムを皆さんと一緒に楽しく行いたいと思います。



シナプソロジーという言葉を知っていますか。シナプソロジーとは、脳に適度な刺激を与えることで、脳

を活性化していくプログラムです。脳は軽く混乱をし続けることで活性化していきます。脳の神経細胞が減っていくことはご存知かと思いますが、どの位減っているのかというと1日10万個減っています。しかし、その先にあるシナプスは増えていきます。このシナプスは刺激をすればするほど増えていきます。その刺激もとても単純なことで増えていくことが分かっています。

プログラムを行っている時、混乱している時に、ご自分の脳は活性化していると思って下さい。ですので、完璧にやろうとは思わず、練習をせずにいきます。例えば「グーパーチェンジ」という種目では、腕を前に伸ばしてグーパーする単純動作を行います。その動作を、グーパーの手を逆にすることで刺激を与えていきます。

刺激を変えることを「スパイスアップ」と言います。また、動きをつけて声を出すことも脳にはとても良いと言われております。また、動作が合っているかよりも、新しいことにチャレンジすることで脳は活性化していきますので、是非、楽しんでチャレンジしていただきたいと思います。

シナプソロジーの特徴に笑があります。人は出来ないことがあると何故か笑えてしまいます。この笑いが脳を刺激し、爽快感が増し、抑鬱感が低下するという効果が検証されています。最近問題になっている鬱などにも良いのではないかとわれ、注目されているプログラムです。

手先が器用になる、判断力、注意機能、認知機能が向上するのも効果として上げられます。また、コミュニケーション能力も良くなることが分

かっているため、生産性を上げる目的もあるそうです。

今日は色々な種目を行っていきましましたので、皆さんの脳も若返ったと思います。シナプソロジーインストラクターは全国に2000人、普及員は4000人います。シナプソロジーを広めるために日々頑張っております。

4月22・23日に中京テレビ主催のグッドライフフェスタが吹上ホールで開催されます。そこでシナプソロジーの体験も出来ますので、是非ご来場いただき体験して下さい。



### 例会のご案内

#### ■今週の卓話 3月9日(木)

テーマ：伊勢志摩サミットの要人エスコート  
卓話者：江南 RC 榎本哲一さん

#### ■次週 3月16日(木) R規定により休会

#### ■次々週卓話 3月23日(木)

テーマ：新会員イニシエーションスピーチ  
会員卓話：安岡克明さん