



### ●本日の司会 (岡野 和弘副SAA)

### ●開会点鐘 (佐々木 稔郎会長)

### ●ロータリーソング「それでこそロータリー」斉唱

### ●本日のお客様

RI2690 地区総社ロータリークラブ 秋山 幸子様

東京井の頭ロータリークラブ 相澤 豪様

東京赤坂ロータリークラブ 熊本 誠司様



米山奨学生  
呉 唯敏さん(米山奨学金授与)

### ●会務報告 (佐々木 稔郎会長)



私は歯医者ですので、今日は歯の話をしていただきます。歯が原因で死ぬ病気があります。その中のひとつに「誤飲性肺炎」というものがあります。口の中にあるミクロのばい菌が知らずのうちに肺に入って、肺炎を起こして死んでしまいます。原因は、私達は物を食べて飲み込む時、必ず奥歯を当てます。奥歯を当てることによって、食物が胃に入るように、肺に入る弁を塞ぎます。奥歯が無ければ、筋肉が弱ってきて、肺を塞ぐ弁が遅くなります。それによって、ミクロのばい菌が肺に入ってしまう。

ですから、奥歯を確保しておくことは、非常に大事なことです。歯を食いしばって頑張ると言いますが、奥歯が無ければ頑張れないということです。ライオンなどの動物は、歯が無いと死んでしまいます。

奥歯を噛むことによって、脳に刺激がいきます。体調もそうですし、精神的にも大事なことです。皆さんも奥歯を無くさないように、よく噛んで頭を活性化させてください。

皆様、こんばんは。グループ幹事、幹事当時は大変お世話になりました。本日は岡山総社ロータリークラブの秋山幸子様を卓話講師としてお連れしました。秋山様は幹事経験者で2年後に会長をなさる予定です。普段は、カウンセラーとして、東京と岡山を往復していらっしゃいます。本日は、メンタルヘルスという観点からお話をさせていただきます。

### ●幹事報告 (岡野 景子幹事)



10月30日(火)昭島市民交流センターにて「第5回30周年記念実行委員会」が行われました。

10月31日(水)四谷区民ホールにて「ポリオプラスセミナー」が行われ、中村ロータリー財団委員長が出席をいたしました。

11月1日(木)岩泉町長より寄付のお礼状と受領証明書が届きました。

11月3日(土)立川泉体育館にて「立柔杯」が行われました。多数のご参加ありがとうございました。

11月8日(木)青梅ゴルフ倶楽部にて「第86回多摩中グループ親睦ゴルフ大会」が行われました。

11月10日(土)翠鳳楼にて「第3回親睦委員会炉辺会議」が行われました。

11月12日(月)小本小中学校校長より寄付金受領証明書が届きました。

30周年実行委員会の現況についてですが、登録人数の調整を行っておりまして、250名くらいを予定しております。昭島市への寄贈といたしまして、中神駅への時計の寄贈を考えております。パンフレット等の案内については、現在作成中です。

地区大会を検討中の方へ、チャーター便が出るという連絡が地区より届いております。

地区同好会についての案内、資料が届いておりますので、詳細は事務局までお問い合わせください。

### ●卓話「組織管理とメンタル課題」

総社ロータリークラブ 秋山 幸子様

### 講師紹介(東京井の頭ロータリークラブ相澤 豪様)



皆様、こんばんは。グループ幹事、幹事当時は大変お世話になりました。本日は岡山総社ロータリークラブの秋山幸子様を卓話講師としてお連れしました。秋山様は幹事経験者で2年後に会長をなさる予定です。普段は、カウンセラーとして、東京と岡山を往復していらっしゃいます。本日は、メンタルヘルスという観点からお話をさせていただきます。

皆様、こんばんは。グループ幹事、幹事当時は大変お世話になりました。本日は岡山総社ロータリークラブの秋山幸子様を卓話講師としてお連れしました。秋山様は幹事経験者で2年後に会長をなさる予定です。普段は、カウンセラーとして、東京と岡山を往復していらっしゃいます。本日は、メンタルヘルスという観点からお話をさせていただきます。

## 卓話



皆様、こんばんは。秋山幸子です。職業分類は産業カウンセラーでございます。カウンセラーと言いますと、怖いんじゃないと言われるのですが、そんなことはありません。いつもニコニコして明るい相談を心掛けております。卓話はお陰様で100クラブを越えました。色々なところで、勉強させていただきながら、ロータリーと言えば、経営者の皆様ですから、組織管理をメンタルの問題も含めてどうやって会社を作っていけばよいのかを、今日はコンパクトにまとめてお話させていただきます。

- 1.はじめに、我が国のメンタルヘルスの方向性について
  - 2.「ストレスチェック制度」の課題
  - 3.組織管理と自己管理
  - 4.成熟した社会づくりの中での、働き方を考える（おまけ）
- PTSDについて知って理解を深めていきましょう！

## 謝辞（小島 弘明副会長）

秋山様、本日はありがとうございます。皆経営者ですので、従業員のことで頭が痛いことだと思います。経営者のほうも、是非、どのようにしたらストレスが無くなるか、次回教えていただきたいと思います。

## ニコニコ BOX 発表（宇田川 泰弘親睦委員）



・熊本 誠司様  
（東京赤坂ロータリークラブ）  
久しぶりに例会に出させて頂きます。  
皆様の元気なお姿を見させて頂きうれしく思います。

・相澤 豪様（東京井の頭ロータリークラブ）  
本日は卓話者の秋山さんをお連れしました。昭島中央ロータリークラブの皆様、お世話になります。

### ○佐々木会長

秋山様、大変興味深いお話ありがとうございました。これから先の人生に活かして行きたいと思います。

### ○今藤会員

秋山幸子様、卓話楽しみにしていました。  
相澤様、ご紹介ありがとうございました。

### ・岡野幹事

秋山幸子様、本日はありがとうございました。私事ですが本日誕生日を迎え大人への階段を一歩上りました。

### ・荒川会員

秋山様卓話ありがとうございました。  
相澤様、卓話講師ご紹介ありがとうございました。

### ・伊藤会員

秋山様、本日の卓話ありがとうございます。

### ・西野会員

数年ぶりにバッチを忘れました。

### ・山中会員

先日昭島市民水泳大会にて 50mバタフライ 60 才以上の部で1位になりましたのでニコニコします。

### 11月結婚記念

佐伯会員・神野会員・鈴木栄会員

本田会員・村野会員・吉野会員

## ●出席報告

（志賀 義任出席委員長）



会員数 48名

出席義務会員 46名

本日の出席 33名

（メイクによる出席者数を除く）

## ●委員会報告

### 指田 裕士前年度社会奉仕委員長



小島年度の時に、アースデーに植樹をということで皆様にご協力いただき、6月27日に昭和公園陸上競技場の入口にサクラを植えました。その感謝状が昭島市より届きましたので、ご報告いたします。

### 伊藤 満雄会員



11月3日（土）の第23回立乗杯には、多数ご出席いただき、表彰式でメダルを授与していただきありがとうございました。子供達も非常に喜んでおりました。

来年もどうぞよろしく願いたします。

## ●次週例会予定

（今藤 貫徳プログラム委員長）



11月21日（水）

卓話「子ども食堂」について

佐々木 稔郎会長

## ●閉会点鐘

（佐々木 稔郎会長）