



WEEKLY REPORT

2007-2008 No.39 2008年4月24日

会長◆松井一郎 会長エレクト◆長野芳剛 副会長◆矢部光治
 幹事◆長野芳剛 SAA◆山本三津子 会計◆横瀬元治 ◇広報委員長：坂井 幸
 E-mail:zushirc@sage.ocn.ne.jp Website:http://www.zushi-rc.com/
 例会日・第1・3木曜日 12:30~13:30 第2・4木曜日 18:30~ 第5木曜日 18:00~
 例会場・逗子市新宿 1-3-35「カンティーナ」 TEL：046-870-6651
 事務所・逗子市逗子 1-9-26 萬屋ビル 2F TEL&FAX：046-873-0226

本日の進行(18:30)

山科 誠 会員
 「BS11 について」
 一次回のお知らせ

5月1日(木)(12:30)

鈴木安之会員
 「七福神が日本からおいとま」

《 第 2250 回 例会記録 2008年4月17日 》

出席報告	会員数 43 名(出席免除 7 名)	出席数 17 名	出席率 47.22%	前回修正出席率 77.78%
ゲスト：良藤有三氏	ビジター：		メイクアップ 6 名	

■ 会長 談 話 松井 一郎 会長

皆様こんにちは、地区大会も終了し金 RI 会長代理夫妻も無事に韓国に帰国されました。地区大会翌日の日曜日は、銀座三越、秋葉原、浅草へと RI 会長代理夫妻のお買い物に同行して頂いた山本三津子会員、鈴木安之会員、橋武会員、渡辺貞雄会員、長野芳剛幹事、大変お疲れ様でした。金 RI 会長代理夫妻からは、逗子 RC の心温まる歓迎に対して心から感謝申し上げます、とのお言葉を頂きました。会員の皆様におかれましては、地区大会、歓送迎、ご苦労様でした。

さて、本年も3分の2が過ぎ、全てのスケジュールも順調に消化されています。残り2ヶ月全力で頑張りますので、会員の皆様のご支援、ご協力をお願い申し上げます。今年会長職を受けて思うことは、会長をやるとお金はかかる、時間は取られる、仕事には支障がある、色々否定的なマイナス要因が多いですが、プラス要因も多くあります。人前で話す練習が出来る、いろいろな事をメモする、書くトレーニングになる、情報を集めようと物事に対して積極的、前向きになる、人の話をよく聞く

うとする、などです。本日の例会の内容でもありますが、五感に刺激、日常生活から脱却し、非日常的な事を多く体験出来ますので、是非、次々年度以降会長に指名される方は、喜んでお受けして、1年間楽しんで下さい。



本日の例会は、「心の健康と音楽・音響機器の活用法」というテーマで、東海ビジョンの良藤有三様に卓話をして頂きます。音楽を聴くことで、怒りや、イライラの脳波であるβ波、γ波を鎮め、α波が増えることで脳のバランスがとれ、誰もが持つ本来の体内リズムが整い、生きるエネルギーを取り戻してくれます。音楽を聴く他にも、散歩、料理、絵画、日記、手紙、楽器の演奏と右脳を良くする方法が沢山あります。とにかく、身体を動かすことが大事だと思います。本日の卓話を聞いた方は、感受性のある、感動できる、前向きな姿勢で例会場を後にすることと思います。

■ 報告

長野幹事：*米山奨学生オリエンテーション/歓迎会開催 5/10 かながわ女性センター
 *2008-09 年度 RI 会長会議(会員増強)-東京 登録のお願い：7/7 9:30-19:00
 ホテル グランパシフィックメディリアン *ロータリーワールド
 *逗子市社会福祉協議会：事務局長に立川悦子氏が就任

鎌倉大船 RC・鎌倉南 RC が合併

3/25 付けにて国際ロータリー理事会が承認。合併後の名称は「鎌倉大船ロータリー・クラブ」 5月より統合されたロータリークラブとして例会をスタートする。





私は 30 年ほどアナウンサーとして生活をしておりました。その間に感じたことですが、世の中にはいろいろな芸術があります。でも数ある芸術の中でも音楽ほど直接に私たちに。

皆様も経験がおありでしょう。人は音楽が流れてくると自然に体を動かしたり、手拍子したりします。音楽番組を担当して、たくさんの方からリクエストカードを頂きました。その多くは音楽によって元気づけられたという内容のものでした。

音楽の持つ不思議な力、それを活用すれば私たちはより快適な気分を毎日を過ごせると思います。懐かしい曲を聴けば、一瞬にして人は自分の遠い過去へと連れて行かれます。音楽は脳の状態を一瞬のうちに変わるものと言っても過言ではないでしょう。音楽は言葉のいらぬ情操教育とも言われています。

人間の脳は左と右にあります。左脳は言語脳、右脳は音楽脳と言われ、この二つの脳のバランスが取れてこそ、快適な気分になれるようです。最近では音楽療法を取り入れることにより、医学の分野ではより効果を上げています。

人間の脳は左と右にあります。左脳は言語脳、右脳は音楽脳と言われ、この二つの脳のバランスが取れてこそ、快適な気分になれるようです。最近では音楽療法を取り入れることにより、医学の分野ではより効果を上げています。



聖路加病院の日野原先生は、生の音、つまりコンサートの音楽が私たちの体には一番良いとおっしゃっています。皆様も是非音楽を活用し、より快適な生活をお送り下さい。

イメージの広がりやすい曲

- * 目覚めの時は・・・
グリーク／組曲「パールギュント」
チャイコフスキー／バレエ音楽「白鳥の湖」
- * 心に快い音楽は・・・
ベートーヴェン／交響曲第 6 番「田園」
スメタナ／交響詩「モルダウ」、
- * 食事のときは・・・
J. シュトラウスⅡ世／美しく青きドナウ
モーツァルト／アイネクライネナハトムジーク
- * 怒りを吹き飛ばす、イライラの際は・・・
J. シュトラウスⅡ世／ポルカ「雷光と雷光」
ロッシーニ／歌劇「ウィリアムテル序曲」
- * 勇気の出る、生きる喜びが湧き出る・・・
ブラームス／ハンガリー舞曲第 5 番
ドヴォルザーク／交響曲第 9 番「新世界より」
- * 自信がわいてくる音楽・・・
ベートーヴェン／交響曲第 3 番「英雄」
J. シュトラウスⅡ世／ラデッキー行進曲
- * 安全ドライブの BGM には・・・
ヘンデル／組曲「水上の音楽」
チャイコフスキー／バレエ音楽「白鳥の湖」
- * 記憶力を高める時には・・・
ベートーヴェン／エリーゼのために
ヘンデル／調子の良い鍛冶屋
- * うつ状態には・・・
チャイコフスキー／交響曲第 6 番「悲愴」
ヘンデル／組曲「王宮の花火の音楽」
- * 家族そろっては・・・ シューベルトの作品

■ ニコニコ BOX (35,000円)

松井君…地区大会参加者の皆様お疲れ様でした。金 RI 会長代理無事韓国へ帰りました。良藤さん、本日はスピーチよろしくお願ひします。
矢部(光)君、長野君、市川君、毛利君、坂井君、横瀬君、山本(由)君…良藤様、スピーチよろしくお願ひします。
船津君…長野旅行は大変良かったです。
桐ヶ谷君…地区大会で長寿会員の御祝を頂きました。
桐田君、山口君…地区大会ご苦労様でした。
臼井君…地区大会疲れました。

湊屋君…結婚祝を頂いて。会員旅行のお土産を頂いて。
岩瀬君…年老いた父がいる為、なかなか夜の例会には出席できません。
青山さん…お久しぶりです。そろそろ逗子マリーナの工事が終わりそうで、又復帰します。よろしく。
ニコニコ BOX 本日合計 ￥ 35,000
累計 ￥ 1,874,024
ご協力ありがとうございました。

◀編集だより▶ ▼今回は「心の健康と音楽の活用法」というテーマで、良藤有三さんのお話を伺いました。音楽は、鬱病、心身症など、心の病に対し、大きな影響力を持つということは知っておりましたが、具体的な分かりやすいお話をしていただき、改めて音楽の力を確信いたしました。特にピクチャーが手作りで開発したという木のスピーカーから流れる生と変わらない臨場感のある音楽を聴かせて頂き、私も多くの人に音楽の素晴らしさを説く立場でありたいとの思いを強くしました。
クラブ会報編集委員 青山 正子