

NARITA AIRPORT MINAMI

2014-15
成田空港南 RC
会長テーマ 敬

昭和 41 年 10 月 6 日設立 / 昭和 41 年 11 月 21 日承認
例会日時 毎週木曜 12:30 点鐘
(最終例会 18:30 点鐘)
例会場 中国ダイニング富士屋

事務局
〒289-1732 千葉県山武郡横芝光町横芝 1519-6
TEL 0479-80-1177 FAX 80-1178
第 2790 地区ガバナー 宇佐見透 第 6 分区ガバナー補佐 諏訪武士

URL <http://www.narita-airport-m.rc.jp>
e-mail info@narita-airport-m.rc.jp

平成 27 年 1 月 8 日発行 NO. 2117 第 2245 例会 会長 行木 英夫 幹事 小川 佐内 会報委員長 小杉 秀文

例会報告(平成 27 年 1 月 8 日)

点 鐘	会 長	行木英夫
ソ ン グ	「君が代」	
	「奉仕の理想」	
唱 和	「四つのテスト」	
会長挨拶	会 長	行木英夫
幹事報告	幹 事	小川佐内
プログラム		

第一例会につき 結婚・誕生祝い
各委員会報告
卓話 (土屋俊夫会員)



上原会員 / 富会員 / 行木会長 / 川島会員 / 小林会員

「会員結婚記念祝」

河野和夫会員 内田裕雄会員 越川忠会員

1 月誕生・結婚記念祝い

「誕生祝」 行木英夫会員 渡辺孝文会員



行木会長 / 伊藤会長エレクト



内田会員 / 行木会長

「奥様誕生祝」 川島宥夫人二矩子様
上原広嗣夫人紗也子様
富一美夫人百合子様
小林定雄夫人加代子様

「乾杯のご発声」
第 24 代会長
渡辺 晃会員



会長挨拶



年頭にあたり。皆様、新年あけましておめでとう御座います。旧年中は大変お世話になりました。本年もよろしくお願い致します。予報では元日は荒れ模様になり雪も降るとの事でしたが、私はこの4年間、地元の神社で初詣客をお迎えしておりますが、例年になく暖かくおだやかな新年を迎えました。又、例年になく多くの参拝客を迎え、幸先の良い新年を迎える事が出来ました。今年が良い年になるような予感がいたします。さて、今年は何かにつけ節目の年といわれております。終戦70年、日航墜落事故30年、地下鉄サリン事件・阪神淡路大震災20年、当クラブも創立50周年、節目の1年です。記念式典も御座います。クラブ一丸となって取り組んでいきたいと思えます。みんなで盛り上げていきましょう。今日より後期がはじまります。1/20のIM、2/21.22の地区大会、3/1～3の親睦旅行、3/10ロータリーデーと、この2ヶ月行事はいっぱいですが、いずれにいたしましても下半期、幹事と共にがんばりますので、ご協力よろしくお願い致します。最後に、皆様の健康と、ご活躍を祈念して、年頭の挨拶とさせていただきます。

理事会報告

第7回定例理事会

日時：平成27年1月8(木) 11:00

場所：成田空港南RC事務所

議題

1. 12月度会計報告承認の件
原案通り承認されました。
2. 親睦旅行について
行き 3/1 羽田発 9:20 帰り 3/3 成田着 3:10

3. 次年度地区委員推薦について
当クラブより推薦者は無しと決定
4. ロータリーデーについて
地区配布の幟をたてる。地区の月信に掲載
5. IM・地区大会(交通手段)について
マイクロバスを手配
6. その他
次年度ファイヤーサイドを1/25(日) 18:00より予定

幹事報告

- ①例会変更のお知らせ
 - ・八日市場RC
 - ・大網RC
 - ・東金RC
 - ・銚子RC
- ②会報受領クラブ
 - ・銚子RC
- ③ガバナー事務所より
 - ・地区大会記念ゴルフ大会参加者へのお礼状と収支報告書が届いております。
 - ・1月のロータリーレートは1ドル118円です。
 - ・入退会報告期限と特別月間変更のお知らせ
 - ・日本事務局財団室ニュース、ロータリーリーダーが届いております。
- ④ロータリーの友事務所より『ロータリーの友』電子版のご案内が届いております。
- ⑤その他お知らせ
 - 1/9(金) 11:05 NHK 総合「ひるまえほっと」、仏像ナビゲーターの宮澤やすみさんのコーナーで勝覚寺(小杉会員)が紹介される予定です。



委員会報告

◇社会奉仕委員会



委員長 前川 成吉

皆さんあけましておめでとうございます。本年もよろしくお願ひ致します。かねてからお話ししておりましたサケの卵の配布を本日受けてまいりました。後ろの方に用意してございますので例会終了後にお持ちください。本年度は余分に配布されております。申し込みされなかった方でも育ててみたいという方は是非参加して下さい。サケの放流は3月10日(火)に予定しております。この日をロータリーデーとさせていただきますので一人でも多くの参加をお願ひ致します。詳細につきましては後程FAXでお知らせいたします。

◇次年度



次年度会長 伊藤 元雄

1月25日(日)18:00よりあづま庵にて次年度ファイヤーサイドミーティングを行いたいと思います。後程、役員・理事・各委員会委員長さんにFAXさせていただきますのでよろしくお願ひ致します。

■ 会員卓話

「幸福について調べました」



会員増強退会防止委員会
委員長 土屋 俊夫

本日は平成27年最初の例会卓話なので“幸福”というテーマは良いのではないかと思います。調べた範囲で紹介いたします。

“奉仕と親睦”これはロータリークラブの目的ですが、“幸福”からこの目的の意味をとらえてみるとど

うなるか興味がありましたので、調べた範囲で報告いたします。

幸福感と満足感は異なりますので注意が必要です。

そもそも“幸福”とはどのような事かはギリシャ哲学の時代より現在まで、膨大な学問的な考察がなされているため軽々には言えないのですが、ロータリアンが考える幸福感について気が付いた範囲で申し上げるのも無駄ではないと思います。またより深いご意見を皆様より頂ければ良いと思ひ、卓話させていただきます。

スライドのレジメは次のようになりますが、週報では長くなりますので編集して有ります。

- ①幸福を論じた書籍について
- ②幸福を追求する権利は
- ③日本の幸福度は
- ④内閣府による調査の紹介
- ⑤ポジティブ心理学について
- ⑥幸福感に影響を及ぼす要因について
- ⑦幸福感を増す利点
- ⑧幸福感を増す方法
- ⑨ロータリークラブの4つのテストについて

①幸福を論じた書籍について

アリストテレス 『ニコマコス倫理学』

幸福とは快楽を得ることだけではなく、政治を実践し、または人間の霊魂固有の形相である理性を発展させることであるとして、幸福主義をとらえた。

エピクテトス 『語録』

己の力の及ぶものと及ばないものを識別し、自己抑制をもって生きること。

スピノザ 『エチカ』

物事を永遠の相のもとで見ることが幸福(神に対する知的愛)への道であるとする。

ショーペンハウエル 『幸福について』

目先の環境に振り回されるのをやめ、すべては空しいと諦観することで精神的落ち着きを得るべきである。世俗的な幸福の源泉を人のあり方・人の有するもの・人の印象の与え方に大別した上、肝心なのは「人のあり方」であるとする。

『意志と表象としての世界第四部』
 自他の区別を去った意志の否定を説く。

アラン 『幸福論』
 健全な身体によって心の平静を得ることを強調。すべての不運やつまらぬ物事に対して、上機嫌にふるまうこと。また社会的礼節の重要性を説く。

ラッセル 『幸福論』
 己の関心を外部に向け、活動的に生きることを勧める。

ヒルティ 『幸福論』
 神のそば近くあることが永続的な幸福を約束するとする宗教的幸福論。

福田恆存 (ツツリ) 『私の幸福論』
 不公正な世の現実を見据え、弱点を弱点と認識した上でとらわれなく生きること。望むものを手に入れるために戦い、敗北しても悔いないこと。神のそば近くあることが永続的な幸福を約束するとする宗教的幸福論。

②幸福を追求する権利は
 幸福について法律では
 日本国憲法について

第三章 国民の権利及び義務

第十三条 すべて国民は、個人として尊重される。生命、自由及び幸福追求に対する国民の権利については、公共の福祉に反しない限り、立法その他の国政の上で、最大の尊重を必要とする。

基本的人権には幸福追求権が含まれており、法律上誰でも等しく幸福になる権利を有していると考えられている。この幸福追求権は、他人の基本的人権を侵害しない限りに於いて、国家権力によって制約される事は無い。

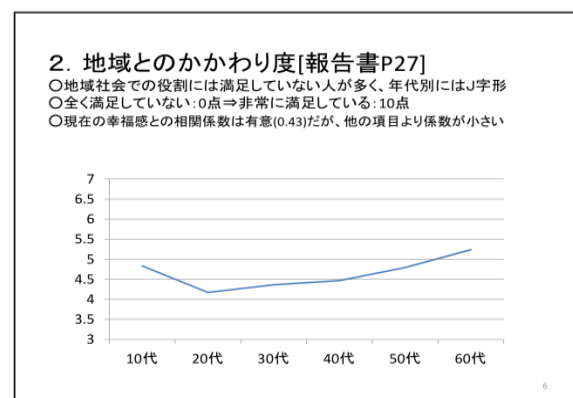
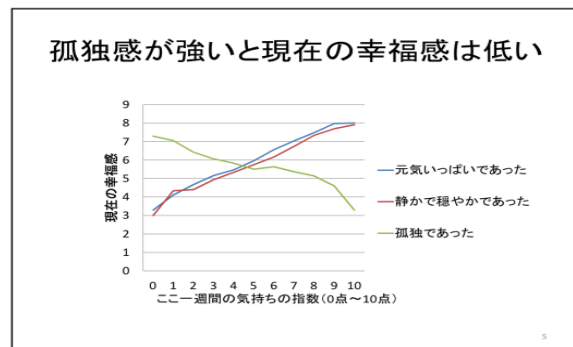
③日本の幸福度は
 国連が世界幸福度報告書 2013 を発表。
 国別幸福度ランキングで日本は 43 位に。
 トップに輝いたのはデンマークで、ノルウェーとスイスがそれに続く。
 北米からはカナダが 6 位にランクイン。メキシコ (16 位) は、アメリカ (17 位) を僅差で上回った。

アジアでは、シンガポールがトップで 30 位、タイが 36 位。その後、韓国 41 位、台湾 42 位、日本 43 位と並んでいる。中国は 93 位

④ 内閣府による調査の紹介

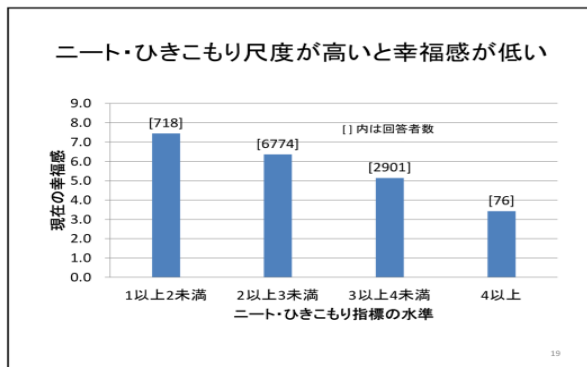
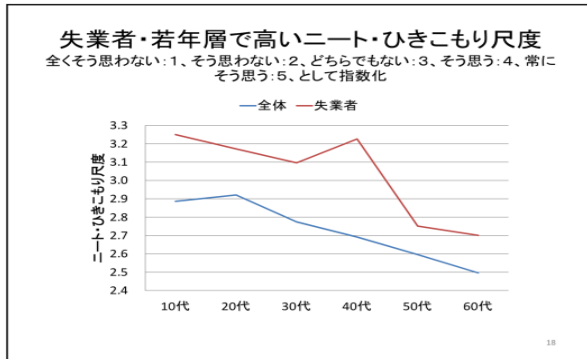
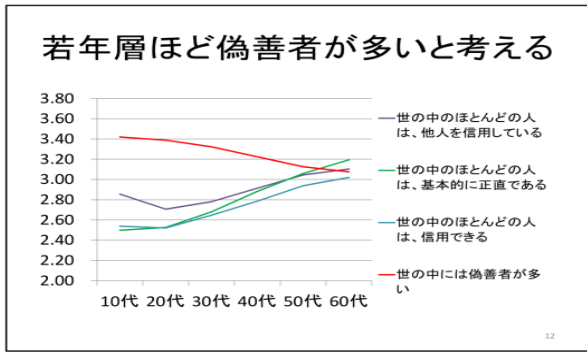
**新しい社会指標からみる
 日本の幸福**
 —インターネット調査結果からの抜粋—
 平成24年9月28日
 幸福度研究ユニット

- インターネットで追加となる指標群**
- 1. 孤立感 [報告書P26]
 - 2. 地域とのかかわり度 [報告書P27]
 - 3. 制度・組織への信頼 [報告書P35]
 - 4. 他者への信頼 [報告書P37]
 - 5. 自己有用感 [報告書P41-42]
 - 6. 疎外感 [報告書P46-48]
 - 7. うつ [報告書P49-51,P83-85]
 - 8. 希死念慮 [報告書P86-88]



3. 制度・組織への信頼[報告書P35]
 ほとんどの組織が信頼されていない。

	全く信頼していない	どちらかという信頼していない	どちらでもない	どちらかという信頼している	非常に信頼している	信頼していない	信頼している
中央政府	26.1	36.9	29.5	7.1	0.4	63.0	7.5
地方公共団体	14.9	33.9	37.5	13.1	0.6	48.8	13.7
議会	24.8	37.1	32.7	5.1	0.4	61.9	5.4
司法制度	11.8	25.6	40.4	20.6	1.6	37.4	22.2
報道関係	21.3	31.8	36.3	10.1	0.5	53.0	10.7
企業	8.6	22.8	51.6	16.3	0.8	31.4	17.1



⑤ ポジティブ心理学について

幸せの研究は哲学者の主観的考察から脳科学、ポジティブ心理学、工学分野へ

ポジティブ心理学（英語: positive psychology）とは個人や社会を繁栄させるような強みや長所を研究する、近年注目されている心理学の一分野である。ただ精神疾患を治すことよりも、通常の人生をより充実したものにするための研究がなされている。即ち、ポジティブ心理学は、デベロップメント・カウンセリングの一分野である。

セリグマン教授は、それまで30年以上にわたってうつ病やうつ状態の研究をしてきた。多くの患者は、つらい出来事に心を奪われた状態が続いて、いつまでも不幸な状態が続いていた。ある時セリグマン教授は、それまでの心理学が、病気を治すための努力はしてきたが、「どうすればもっと幸福になれるか」については、あまり研究してこなかったことに気がついたのである。

⑥ 幸福感到影響を及ぼす要因について

- ・ お金…… 貧しい人は、お金により幸福感が増す。しかし、中流に達すると、それ以上お金が増えても、幸福感はあまり変わらない。ある研究によれば、年収が7万5千ドルを超えると、お金が増えても幸福感はほとんど増えない(イースタリンの逆説)。宝くじに当たると、短期的には幸福感が増すが、持続せず、時間が経つと元の幸福感に戻ってしまう。
- ・ 教育や知性…… 高度な教育や高い知能指数は、幸福感を増さない。セリグマン教授は、次のように述べている。「好奇心や勉強習慣など一知的な徳は、親切心や感謝の念や愛する能力などの対人的な徳ほどには、幸福感と関係を持っていない」。
- ・ 年齢…… 20歳代や70歳代の人は、中年の人よりも、幸福感がより強い。年をとった人は、若い人よりも、自分の人生に満足している。
- ・ 育児…… 研究によれば、子どもが生まれると、両親の満足度はむしろ低下する。子どもを持つ喜びは、親としての責任により、かすんでしまう。しかし長期的には、子どもを持つと、人生に生きる意味が与えられる。
- ・ 気候…… 気候は、幸福感には影響を及ぼさない。気候の異なる場所で幸福感を比較しても、差はない。
- ・ 遺伝…… 一卵性双生児は、離れて育てられても、幸福感はほとんど同じレベルである。遺伝は、幸福感のレベルを決定する上で、大きな役割を演じる。幸福感の50%は、遺伝によって決定される。幸福の遺伝子5-HTTがある。幸福感の10%は、収入などの客観的要因で決定される。自分の意思で決定できるのは、残り40%ほどの部分である。研究によれば、幸福感のかなりの部分は、人間の意思でコントロールできる
- ・ ストレス…… 失業や配偶者の死により、幸福度は低下し、元のレベルに回復するまでに5年か

ら8年ほどかかる。

- ・ 性…… 一般的には、女性のほうが男性より幸福感が強い。女性は、夫や子どもに恵まれるという人生の目標を、より早い時期に達成する。男性は、家族や経済で繁栄するという人生の目標は、より遅い時期に達成する。
- ・ 結婚…… 結婚している人は、独身の人よりも、幸福のレベルが高い。ただし一部には、幸福のレベルは同じだとする研究報告がある。
- ・ 性格…… 外向的な性格の人は、内向的な人より幸福感が強い。外交的な性格のほうが、人間関係を作りやすいからだと考えられている。
- ・ 社会的ネットワーク…… 幸福は、社会的なネットワークを通じて、人から人へ伝播する。幸福は、友人や同胞や配偶者や隣人などの、親しい人間関係を通じて伝播する。幸福は、ウイルスのように伝染する。同様に、不幸も伝播する。
- ・ 文化…… 文化により幸福感は大きく異なる。幸福から不幸までを1から7までの数字で評価してもらくと、中国では平均3.3であるが、ブラジルでは平均6.2である。その国の豊かさや、個人主義か集団主義かが、幸福感に影響を及ぼす。

⑦ 幸福感を増す利点

主観的に幸福な人は、そうでない人に比べて、病気が少なく、寿命が長く、収入が多い。幸福になれば、人は生産的で、行動的で、健康で、友好的で、創造的になる。そしてその幸福感は、家族や友人に伝播して行く。

⑧ 幸福感を増す方法

幸福感を増す利点[編集]

主観的に幸福な人は、そうでない人に比べて、病気が少なく、寿命が長く、収入が多い。幸福になれば、人は生産的で、行動的で、健康で、友好的で、創造的になる。そしてその幸福感は、家族や友人に伝播して行く。

以下のようなことを行えば、幸福感が増す

- (1) 週に1回、自分の幸福を数える時間を持つこと

不幸にとらわれるのではなく、自分の幸福に目を向ける。1日に1回行くと効果が少なくなるので、週に1回行くと良い。またこれにより、「幸福順応」を避けて、他の人への感謝の念を増やすことができる

- (2) 他の人に親切にすること 同僚や通りすがりの人に支援の手を差し伸べる。こうした利他的行動を行うと幸福感が増す
- (3) 感謝の手紙を書くこと
これにより短期的には幸福感が増すが、あまり長続きしない。
- (4) 自分の強みが何であるかを知って、それを生かすようにすること
自分の長所に注目する。自分の強みを知るための質問紙が作られている。自分の強みを知るだけでなく、それを日常生活に生かす努力が必要である。
- (5) 他の人に多くを与えること
人に親切にすることは、人に何かを与えることである。ボランティア活動など、自分の時間を与えることでも良い。情報でもよい。
- (6) 他の人と一緒にいること
家族や友人と一緒にいる時間の長い人は、そうでない人に比べて幸福感が強い。家族や友人との人間関係を大切にして、長い時間を一緒に過ごして、それを心から楽しむと、幸福感が強くなる。
- (7) 一日の終わりに、その日の良かったことを3つ書き出すこと
物事の印象は、ピーク時と終了時で決まる。1日の終了時に、その日の良い事に注目する。そして、この良い事はなぜ起きたかを考える。この方法により、持続する幸福感を得ることができる。セリグマン教授が勧める方法である。
- (8) 他人と自分を比較しないこと
自分の給料に満足していても、知人が自分よりもっと多い給料をもらっていることを知ると、とたんに不幸になってしまう。人は自分が幸福であるほど、まわりの人との比較に関心を払わなくなる。自分が満足できる仕事を持ち、家族や友人と良好な関係があれば、比較による不幸から逃れることができる
- (9) 生涯にわたる目標や夢に全力を傾けること
人生の目標を追い求めることで、多くの満足感や喜びが得られる。「フロー」状態の時間が長

いと、幸福感が増す。「フロー」状態が得られる活動を選んで取り組む

⑨ロータリークラブの4つのテストについて
国際ロータリーによって採用され、広く知れ渡ることになったこの四つのテストは、今日では、ロータリーの基本理念の一つとなっています。今世紀におけるロータリーの最も素晴らしい声明の一つと言ってもよいでしょう。

四つのテスト

言行はこれに照らしてから

1. 真実か どうか
2. みんなに公平か
3. 好意と友情を深めるか
4. みんなのためになるかどうか

“奉仕と親睦”ロータリークラブの目的と“四つのテスト”が意外に私たち自身のための“幸福への近道”かもしれません。

今回はウィキやネットで調べてまとめましたが、実践する価値はあると思います。分量が多すぎて未消化だったと思いますが概容でもご理解いただけたら幸いです。

ニコニコボックス

川島宥君・上原広嗣君

…奥様誕生祝いありがとうございます

青柳誠君・椎名鎌一郎君・土屋俊夫君・向後雅生君
鈴木恭一君・石田喜一君・前川成吉君・古西弘和君
市原豊彦君・伊藤元雄君・小川佐内君・安藤卓造君
花澤昇一君・鈴木匡哉君

…本年もよろしくお願い致します

越川博光君

…病気全快です

富一美君・小林定雄君

…本年もよろしくお願い致します

奥様誕生祝いありがとうございます

内田裕雄君

…結婚記念祝いありがとうございます

行木英夫君

…新年あけましておめでとうございます

ことしもよろしくお願い致します

誕生祝いありがとうございます

本日計	35,000円
累計	587,050円

出席報告

例会日	会員数	出席	出席率に用いる数	%
1月8日	35	23	33	69.70

☆ 欠席をしたらメイクアップをしましょう ☆

☆ 近隣クラブ例会日 ☆

クラブ名	例会場	例会時間	クラブ名	例会場	例会時間
東金	東金商工会館 4F中ホール 0475-52-1101	火 12:30~13:30	銚子	銚子商工会館 5F 0479-25-3111	水 12:30~13:30
大原	いすみ市商工会 0470-62-1191	木 12:30~13:30	旭	ヒューマンプラザ黄鶴内 0479-63-0007	金 12:30~13:30 夜間例会 18:30~20:30
大網	中部コミュニティセンター 0475-73-3337	水 12:30~13:30	八日市場	千葉興業銀行八日市場支店内 0479-72-1561	火 12:30~13:30
東金 ビュー	エステリアントデニスクラブ 0475-55-1111	木 第2・4週 12:30~13:30 第1・3・5週 19:00~20:00	多古	多古町商工会館 0479-76-7811	2月~ 火 19:00~20:00
成田	成田ビューホテル内 0476-32-1111	金 12:30~13:30	成田 コスモ [®] リタ	ホテル日航成田内 0476-32-1144	水 12:30~13:30 第5例会 18:30~