



国際ロータリー第2630地区 岐阜 Aグループ
岐阜中ロータリークラブ

Weekly Report

令和元年7月20日(土)

第1328回例会 第1244号

会長 大橋 哲也
 幹事 安澤 嘉崇
 発行 公共イメージ委員会
 例会 火曜日 12時30分
 会場 都ホテル 岐阜長良川
 事務局 岐阜市神田町2-2
 電話 058-264-9235

クラブスローガン

30周年に向けてチャレンジ!!

2019-20 RI テーマ

ロータリーは世界をつなぐ

必達!! 第1例会出席率 100%

必達!! 年間例会出席率 90%

会長挨拶

会長 大橋哲也



『会社や家庭で浴びる

ストレスシャワー』

ストレス病は、仕事の能率を悪くするだけでなく、胃潰瘍や高血圧などの発症・悪化にも関係し、最悪の場合は過労死や自殺という不幸な結果に至る危険性もあります。食欲の変化、不眠、気力の減退、疲れがぬけない、頭が重い、気分が沈みがちだ、めまいがする、息苦しい、自分を責めてしまう、イライラする、わけもなく不安だ、集中力がでない、性欲減退、などはストレス度が高いサインです。

不況が続く日本では、就職の不安、職場での人間関係の悪化、リストラの不安、そして賃金カットによる経済不安など、多くのストレスのもとが社会で活躍する人たちの上にシャワーの

ように降り注いでいます。さらに家庭でも、妻や子どもと会話がなく孤立することが多く、男性が自分の居場所を見つけることが難しくなっています。まさに「男はつらいよ」です。

<男性に降りかかる

ストレスシャワー>

・テクノストレス

パソコンを使いこなせないストレスだけでなく、パソコンに没頭しすぎて人間関係がおろそかになる過剰適応もストレスになる。

・リストラストレス

終身雇用制の崩壊によって、40歳後半から50歳代はリストラの不安という新たなストレスが生じている。

・会話のない家庭

家庭での人間関係の悪化は、社会的ストレスよりも強いストレスになる。

<くらしの中の予防法>

職場のご法度 10 のべからず集

① 偏見をもつべからず

② 攻める(怒鳴る、説教する)べからず

③ 初期サインを見落とすべからず

④ 励ますべからず

⑤ 自分の価値観を押しつけるべからず

⑥ 重大な決定(契約、転職、退職など)をさせるべからず

⑦ 休暇を妨げるべからず

⑧ 医療情報を勝手に得ようとするべからず

⑨ 復職後、一度に加重を与えるべからず

⑩ 再発はないと思うべからず

委員会報告

会計 安藤元一

メールボックスに本年度岐阜中 RC 前期会費明細と振込み用紙を入れさせていただきました。7月中にお振込みをお願いいたします。

友情と奉仕の灯を

スマイルボックス委員会

篠田 徹 様

本年度岐阜 A グループガバナー補佐を務めさせていただきます。皆様よろしくご協力ご支援の程お願いいたします。

大橋哲也君

篠田様、本日はよろしくお願いたします。

前例会の記録

第1327回

令和元年7月16日(火)

[点鐘] 12時30分

[ソング] 我等の生業

[ゲスト] RI 第2630地区 岐阜Aグループガバナー補佐 篠田 徹 様

[ビジター]

[出席] 会員総数30名 (出席免除4名)

本日出席21名 80.77%

[行事] 『ガバナー補佐訪問』

RI 第2630地区 岐阜Aグループガバナー補佐 篠田 徹 様

担当 会長・幹事

次回予定

第1329回

令和元年7月30日(火)

[点鐘] 12時30分～

[行事] 卓話

担当 会計