



# 神奈川県東ロータリークラブ

## KANAGAWA EAST ROTARY CLUB

2017-2018年度 第26週報 No. 2009 2018年(平成30年) 2月2日 第2009回 例会記録 2月9日発行

### 本日〈2月9日〉のプログラム

- ◆ 斉唱 「我等の生業」「友達になろう」
- ◆ 献立 牛フィレ肉のグリエ
- ◆ 卓話 「日本政治の現状と政治取材の現在」  
朝日新聞社 政治部記者 蔵前 勝久 様  
(紹介者 古澤 一憲 会員)

<< 本日のBGM >>  
アルバム「Ballads」/JOHN COLTRANE より



PHOTO クラブ会報委員会

**司会** 金森 欣一 副幹事

**入会記念日祝** 田口健太郎 会員 (2月4日)

**点鐘** 矢野 修二 会長

**斉唱**  
「君が代」「奉仕の理想」「友達になろう」  
ソングリーダー：加野 亮一 会員

**四つのテスト** 赤堀 和人 職業奉仕委員長  
(第1例会のみ)



**ゲスト紹介** 上東丙峻祥 様(ゲストスピーカー)  
柳生 直亜 様(スピーカー同行者)



2017-2018年度 RI会長 イアン H.S. ライズリー



ロータリー：  
変化をもたらす

第2590地区 ガバナー 湯川 孝則

会 長	矢野 修二	会 計	白井 康夫
会長エレクト	天野 公史	副 会 計	飯田 泰之
副 会 長	田中 龍太郎	S A A	茂木 知子
副 会 長	河野 明光	副 S A A	加藤 仁昭
幹 事	白鳥 厚夫	副 S A A	森 永 健
副 幹 事	金森 欣一	クラブ会報	長井 章

**例会日** 毎週金曜日 0:30~1:30 PM (第5金曜日 6:00 PM)  
**例会場** ホテルキャメロットジャパン  
**URL** <http://www.kanagawahigashi.com/>  
**E-mail** [kerc@beach.ocn.ne.jp](mailto:kerc@beach.ocn.ne.jp)

**事務局** ホテルキャメロットジャパン内  
〒220-0004 横浜市西区北幸 1-11-3  
TEL: 045-314-3900 FAX: 045-314-3555  
**創立記念日** 昭和51年5月29日

## 会長報告 矢野 修二 会長

- ・1月度定例理事会報告
- ・ポリオプラスへ1500ドル以上を寄付したクラブに送られる感謝状が届いておりますのでご報告致します。

## 幹事報告 白鳥 厚夫 幹事

- ・インターアクト年次大会の報告書が来ておりますので回覧します。
- ・㈱クマヒラより「抜粋のつづり」が届いておりますので、ボックスへ配布致しました。
- ・本日、例会終了後に国際・青少年奉仕によるクラブフォーラムを開催致します。場所は4FフェアウインドⅢに変更になりました。
- ・次週、例会終了後に2月度定例理事会を開催致します。

### ◎例会変更のお知らせ

\*横浜鶴見西ロータリークラブ  
平成30年2月21日(水) 休会

\*横浜北ロータリークラブ  
平成30年2月27日(火) 夜間例会

## 委員会報告

### 雑誌委員会 委員長 中野 真理

ロータリーの友2月号は、平和と紛争予防/紛争解決月間のため「平和に寄せる思い」という特集内容です。戦争や原爆に関する記事は心に響くもので、大変読み応えのある内容でした。

また今月号にも、我がクラブの石川会員の素晴らしい川柳が入選しており、これで神奈川東ロータリークラブから7ヶ月連続の入選となりました。是非ご確認ください。

## 出席報告 山田 正憲 出席委員長

会員総数	52名	(34+18)名	
出席会員数	35名	(25+10)名	
出席率	79.55%		
ゲスト	2名	ビジター	0名
前回補正後	83.33%	前々回補正後	87.23%

## スマイルボックス 茂木 知子 SAA

田口健太郎君 入会記念日祝い、ありがとうございます。

矢野修二君 ①昨日の第一テーブルミーティング 我妻テ

ブルマスター、渡邊副マスター、お疲れ様でした。楽しいミーティング、ありがとうございました。出席された皆様、お疲れ様でした。②上東様、本日の卓話、よろしくお願い致します。

吉田隆男君 昨日は、テーブルマスターの我妻さん、副マスターの渡邊さん、テーブルミーティングありがとうございました。

月山 勇君 昨日の第一テーブルミーティングでは、我妻、渡邊両正副マスターにはお世話になりました。テーブルミーティングメンバーの参加が少なかったのは残念でした。(折角美味しいお店を紹介してもらったのに)

山本 登君 寒いのは嫌い!

伊東英紀君 寒い日が続きますが体に気を付けて下さい。

加藤仁昭君 昨夜の第一テーブルミーティング 我妻マスター、渡邊副マスター、参加の皆様、お世話になりました。お陰で楽しい会となりました。

山田正憲君 合同賀詞交歓会参加の皆様、大変でしたね。どうやって帰りましたか?私は歩いて帰りました。30分でした。

白鳥厚夫君 ①第一テーブルミーティングマスター我妻さん、サブマスター渡邊さん、お世話になりました。②上東内峻様、卓話楽しみです。

天野公史君 我妻マスター、渡邊サブマスター、昨日のテーブルミーティング、ありがとうございました。宴の中、皆さん無事帰りましたか?

山本芳弘君 本日、法務の為に早退致します。寒いですが、皆さん、ご自愛下さいませ。

角田伯雄君 先日、結婚祝いのお花を頂きました。ありがとうございました。

田中龍太郎君 久々の例会です。

横溝 巨君 我妻テーブルマスター、渡邊副マスター、楽しいテーブルミーティングをありがとうございました。

金森欣一君 先日は、第一テーブルミーティングの我妻マスター、渡邊副マスター、ご苦労様でした。遅刻してしまい申し訳ありませんでした。

小山市康君 昨夜のテーブルミーティングは、我妻マスター、渡邊副マスター、大変お世話になりました。かなり考えさせられたテーマでした。

横山博行君 西山先生、先日は菌の治療はもちろんのこと、終電まで大変お世話になりました。

第一テーブルマスター 我妻隆邦君、副マスター 渡邊 淳君 昨日開催の第一テーブルミーティングでは、雪予報にも関わらず15名の皆様にご出席頂き、盛り上がった楽しく有意義な会となりました。収支残金をスマイルとさせて頂きます。ありがとうございました。

茂木知子さん ~返してほしい~私が出した年賀状で、植田さんが懸賞に当たったそうです。間違えて植田さんに出したと思うので返してほしいです。

2月2日	19件	40,500円
本年度累計		1,148,888円

## 「生前整理のススメ」

一社) 日本遺品整理協会 理事 上東丙峻祥 様  
(紹介者 馬場 佳子 会員)



### 講師プロフィール

上東 丙峻祥 (じょうとう ひさよし)

生前整理・遺品整理アドバイザー、株式会社開祥 代表取締役  
一般社団法人日本遺品整理協会理事

生前整理・遺品整理のフランチャイズシステムを全国で初めて構築。  
遺品整理の開業は2000年と全国でもっとも古く、2005年にはフランチャイズ (FC) 本部を始動。現在まで1000件以上の物件作業を手掛け、賛同した仲間がFCチェーン店を企業し、全国展開中。

独特の視点でとらえる遺品整理や生前整理の講演内容は、幅広い年齢層からの支持をうけており、現在は多くの人達に知ってもらおうと講演活動も行っている。

著書：親の家をどう片付ける (実業之日本社)  
その他、ダ・ヴィンチニュース、読売新聞、赤旗新聞、現代ビジネス、SPA!、SUUMO介護、月刊バーターホーム、週刊女性、週刊現代、エキサイトニュース、株式会社ネットフランチャイズ経営研究所、BS日テレ 深層ニュース、テレビ朝日 モーニングバード、テレビ朝日 知って損するニュース 得するニュースなどの取材や出演も多数あり。



### 人生と部屋の関係性 8 ステージ

- ◆ 第3ステージ・・・自分不在
  - 自分の意思は無く、常に社会に流されている人



- ◆ 第4ステージ・・・自分本位
  - 自分のやりたいことだけを軸にしている人。  
凝り性、多趣味、熱血仕事人に多い

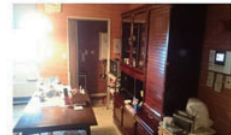


### 部屋の状態からわかる その人の現状

- ◆ 第5ステージ・・・バランス良好
  - 自分と他人とお金など、モノのバランスをうまく保ってる人



- ◆ 第6ステージ・・・心身の余裕
  - 他者にエネルギーや知恵、知識を与えられる人



### 部屋の状態からわかる その人の現状

- ◆ 部屋の状態によって、その人の現在の体調や生き方、精神状態などが分かる
  - 今までの経験上、部屋によって、人生との関係性にステージ (傾向) が見受けられる
- ◆ 物の片づけは、心の片づけにもつながる
  - 部屋・身体・心は一つのため、物の整理をすれば、心の整理もできる
- ◆ 部屋はその人の鏡。情報が入ってくる部屋にする
  - 生前整理をすると、人生をより生きるための空間になる

### 人生と部屋の関係性 8 ステージ

- ◆ 第1ステージ・・・諦め
  - 人生を諦めてしまった人



- ◆ 第2ステージ・・・外部遮断
  - 目の前の快楽を追求し、刹那的に生きる人



### 空間が心の余裕を生み出す

- ◆ 部屋がスッキリ整理されると、気持ちもスッキリする
- ◆ 気持ちがスッキリすると、心が落ち着く
- ◆ 心が落ち着くと、不安が減る
- 片づけをすることで、過去との決別ができる
- 心が落ち着くとストレスが減り、病気になりにくくなる
- 不安が減ると、未来に対する不安が軽減される

### モノの整理をするコツ

- ◆ とりあえずをやめる
- ◆ まとめて片付けるをやめる
- ◆ 掃除をこまめにする
- ◆ 安い・お得だからと購入しない
- ◆ 将来使うからと取っておくのをやめる
- 自分のクセを自覚することが大切

## 国際奉仕・青少年奉仕クラブフォーラム開催

テーマ「友好・姉妹クラブとの今後の展開を考える」

2月2日（金）例会終了後、国際奉仕・青少年奉仕による第3回クラブフォーラムが開催されました。



### 生前整理で迷う気持ちの第3要素

1. 買ったときが高かったもの
  - ◆ 現在の相場と性能を確認すること（例：着物）
2. “まだ使える・いつか使う”と判断したとき
  - ◆ 誰かが使うと思わず、手放すこと（例：カーテン・日用雑貨）
3. 思い出・思い入れのあるもの
  - ◆ 写真を撮る、目に見えないところに1年放置したあとに手放す（例：カーテン・日用雑貨）

### 整理する順番

- ◆ 整理するうえで絶対におささなければならない部屋は、玄関、リビング、キッチン。  
次にトイレや浴室などの水回りと寝室
- 玄関は、良い気が入ってくる場所（例：口）  
部屋に良い気やエネルギーを取り込むことが第一
- リビングは、家全体に良い気を広める要の場所（例：心臓）  
リビングが暗かったり気が悪かったりすると、引きこもりなどにつながる
- キッチン、生命の源を作る聖なる場所（例：愛情）  
汚れていると病気になるがちになる
- トイレ・浴室などの水回りや寝室は、癒しの場所  
汚れていると精神状態が悪くなる

### バランスよく整理する

- ◆ 気分がムラがある人は、部屋のエネルギーバランスが良くない場合が多い
  - 外出先でやる気になって帰ってきたとたん、やる気がそがれてしまう人は部屋に問題がある
- ◆ 捨てる・しまうだけでなく、バランスよく整理することが大切
  - 趣味の物はしまわない
    - 自分のイメージや才能が開花されていくため、見るところに置く
    - 趣味の物を押し入れの奥にしまってしまう人は、処分するときに納得して上手に手放せない人が多い

### さいごに

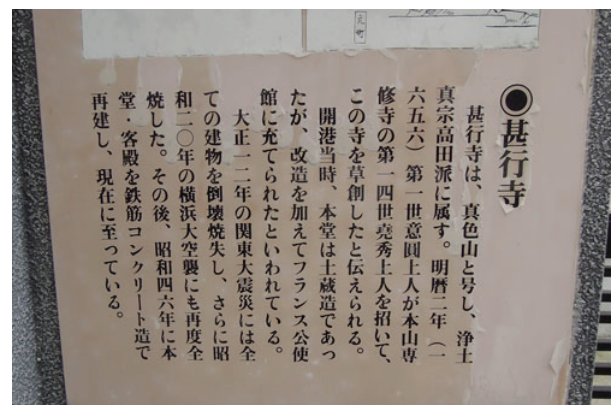
- ◆ いずれ、そのうち、もう少ししたら…と書いていても、いつまでも整理できない人が多い
  - きっかけを使う（1か所プチ片づけをしてみるなど）
- ◆ もしものことがあったときには、家族に迷惑をかけてしまうこともある
  - 思い出の品・不用品などの分別、デジタル遺品
- ◆ モノの整理をすと思わず、運氣UPのための片づけとして行ってみる
  - モノの整理は心の整理になるので、幸運を呼び込みやすくなる

## 我が街「神奈川」散策（第21回）

クラブ会報委員会

### ■ 甚行寺

宮前商店街の青木橋手前に甚行寺があります。甚行寺は真色山と号し、浄土真宗高田派に属します。開港当時の甚行寺の本堂は土蔵造でしたが、改造を加えてフランス公使館に充てられたといわれています。境内には横浜市の名木古木に指定されている、樹齢二百年以上のイチヨウの古木があります。



## 次回〈2月16日〉の予定

テーマ 「菩提寺について」

山本 芳弘 会員