

# ◆ WEEKLY REPORT ◆

R.I.D.2750 Chiyoda & Pacific Basin Group

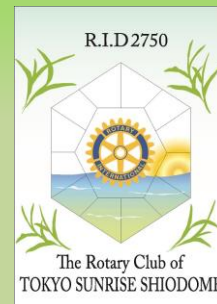
The Rotary Club of  
TOKYO SUNRISE SHIODOME

2019-20 年度 会長 アンドリュー・ウォン

クラブテーマ「で愛い、ふれ愛い、たすけ愛い、世界をつないでいこう」



R.I. 会長 マーク・マローニー



No.216 27. Feb. 2020 発行

## 第213回 例会

【日時】2020年2月20日(木) 12:30~13:30 【例会場】ザ ロイヤルパークホテル 東京汐留  
【例会出席】会員数 20名 名誉会員2名 【出席者】12名 ビジター 1名 ゲスト 3名  
【出席率】60.0% 【修正出席率】70.0%  
【ニコニコBOX】¥ 6,000— ≪今年度累計≫ ¥ 289,737—

### ≪プログラム≫

- 司 会：五十嵐豊会員  
アンドリュー・ウォン会長  
立堀佳男ソングリーダー  
アンドリュー・ウォン会長
- ◇ 開会点鐘
- ◇ 斉唱：「R-O-T-A-R-Y」
- ◇ 会長挨拶  
朱様にはいつも私どものコンサートにお客様を沢山連れて来て頂きご協力頂いております。この場を借りて御礼申し上げます。会員の皆さんは親睦旅行お疲れ様でした。
- ◇ 幹事報告 山本直道幹事  
3月11日に閑上の記憶のイベントがございます。参加される方はどうぞよろしくお願い致します。
- ◇ 委員会報告  
湯川愛里会員：RLI 委員会よりのお知らせです。パート1~3に参加された方が何人かいらっしゃいますが、今度行われる卒業コースは何度でも参加できます。是非ご参加をお願い致します。
- ◇ ゲスト・ビジター紹介  
朱孝様(2790 地区習志野 RC)：現在ロータリーカードの普及をやっております。我々もポリオチャリティーコンサートを企画しております。色々勉強させて頂きたいと思っております。本日はどうぞよろしくお願い致します。  
秋山幸子様(SOJARC)：昨年は卓話に呼んで頂き有難うございます。お知り合いの崎山様を卓話でご紹介できて大変嬉しく思っております。  
福嶋裕美子様(岡山西 RC)：ロータリー歴は7年目になります。米山の副委員長をしております。今勉強している所です。
- ◇ 出席報告 五十嵐豊会員  
◇ ニコニコボックス発表(敬称略) 島根智史会員  
アトリー・ウォン：本日の卓話講師崎山みゆき様、2690 地区 SOJARC20-21 会長秋山幸子様、岡山西 RC 福嶋裕美子様、2790 地区習志野中央 RC 今年度地区ポリオプラス委員長朱孝様、ようこそおいで下さいました。本日宜しくお願い致します。

◆ 会長：アトリー・ウォン ◆ 幹事：山本直道 ◆ 副会長：愛知とし子【発行責任者】アトリー・ウォン  
【創立】2014年10月15日【例会日】毎週木曜日 12:30~13:30【例会場】ザ ロイヤルパークホテル 東京汐留  
〒160-0022 東京都新宿区新宿 6-18-3 (南エルーデ内) / TEL:03-6380-5798 / FAX:03-6273-1196  
【URL】<http://suns-rc.org/> 【E-mail】[office@suns-rc.org](mailto:office@suns-rc.org)

山本直道：崎山様、本日の卓話、とても楽しみです！

湯川愛里：昨日地区大会決行の連絡を受けました。クラブ例会程度の集まりならまだしも、この時期 2500 名を超えるイベントの決行、大丈夫なのか心配です。

立堀佳男：昨日名古屋から帰ってきました。ウナギのひつまぶしと名古屋コーチンを食べて来ました。にこにこです。

戸張浩幸：ホテルはコロナウイルスでますます大変な事になっています。皆様お気を付け下さい。

◇ 卓話 『産業ジェロントロジー入門～シニアの「結晶性能力」を活かして、豊かな高齢化社会～』  
一般社団法人 日本産業ジェロントロジー協会代表理事 崎山みさき様

ジェロントロジーとは日本語で「老齡学・加齡学」と言いますが、まずジェロントロジーとは教育、就労、健康、経済など様々な分野から研究する学問でして、老いる事と戦ったり否定したりするのではなく、それを受け入れる事で、知恵や経験を生かして、それを発達と捉えるものです。アンチエイジングとは異なり、年を取ることを成熟として捉えるものです。それを産業に生かしていくのがこの学問です。例えばシニアの方が座りやすいイスとはどういうものか？シニアの方にはどういったメイクがよいのか？という風に取り入れていきます。従来の加齡は喪失と捉えられていましたが、生涯にわたって獲得と喪失は両方あり、加齡により健康や体力は喪失になりますが、友人が出来たり生活の知恵を得たりするのが獲得と捉えます。日本人は働けるうちはいつまでも働きたいと考える方が多いのが特徴です。経済的な理由で働きたい方が増える昨今、そういう方が不安なく働ける場を作ることがとても大切だと思います。それはフルタイムである必要は有りませんし介護の問題も関わってきます。私たちの能力は流動性知能と結晶性知能というものに別れます。流動性知能は新しいものを覚えたり新しい事に慣れるといったもの、これは若い人の能力です。結晶性知能は今までの知識や経験を使って何かする、語彙、理解力といったもので 70 歳以上でも伸びるものです。但し中年期に知識をきちんと習得して経験を積んだ人に限ります。自制力コミュニケーション力も若い時の経験によって変わってきます。現在、体力に関しても変化しています。昔の 60 代の体力と現在の 70 代の体力がほぼ等しいというデータが出ていますので、10 年若返っているのです。残念ながら抵抗力・免疫力は落ちてしまいますのでそこには留意して、持病のある方も多いので健康に気を付けなければなりません。勤務時間を短く、それが不可能ならば休憩と水分補給をこまめにし、仕事の質を見直し、日常の健康指導として睡眠・食事・運動を取り入れてもらい、免疫力を下げない様に、疲労回復を努めてもらいます。そして仕事仲間をつくって人と関りたいという気持ちを満たしてあげる。シニアの方には仕事を通じて豊かになってもらいたいと思います。健康なシニアにより持続可能な社会が作っていただけるのではないかと思います。

◇ 講評 アンドリュー・ウォン会長  
崎山様、貴重なお話を有難うございます。世界各国このような問題に取り組んでいます。是非またご指導下さい。

◇ 閉会の点鐘 アンドリュー・ウォン会長



指揮：立堀佳男会員



バナー交換



朱 孝様



秋山幸子様



福嶋裕美子様



崎山みさき様



福嶋様 朱様 秋山様

《今後の主な行事予定》

◇ 3月26日 観桜会

《今後の例会スケジュール》

- ◇ 3月 5日 臨時休会
- ◇ 3月12日 臨時休会
- ◇ 3月19日 休会