



33 創立 1984.7.10 / 認証 1984.8.6  
国際ロータリー第2660地区

## 大阪鶴見ロータリークラブ会報

事務所：〒534-0026 大阪市都島区網島町9番10号 大閘園内  
電話：06-6357-8171 ファックス：06-6357-8011  
例会日：毎週火曜日 12時30分 / 例会場：大閘園  
会長：山崎修一 / 幹事：津野友邦 / SAA：木村和雄  
電子メール：rcosatrm@cf.mbn.or.jp  
ホームページ：http://rc-osaka-tsurumi.jp/



人類に奉仕する  
ロータリー

### 本日の例会

〈第1539回〉 2017年1月24日(火) 本年度第20回

#### 卓話

新年夜例会  
吉羽新入会員歓迎会

■ロータリーソング  
ROTARY

■ランチタイムミュージック

### 次回の例会

2月14日(火)

#### 次回卓話

イニシエーションスピーチ

担当：吉羽会員

### 前回の報告

## 会長インフォメーション PRESIDENT INFORMATION

会長：山崎修一

#### AIショック(その2)

阪神淡路大震災から早くも満22年を迎えました。その後もいくつかの大きな地震により多くの方々が被災されました。私たちロータリーとしてもより価値のある災害支援が望まれるところです。

さて、前回に引き続き、今回もAIショック、特にAIが私たちのビジネスに与える影響についてお話をいたします。

#### 大変化のキーワード9：AIショック(その2)

まず、前提として、人間の持つ気持ち、心という側面がどの程度AIに織り込まれていくかという点ですが、ここにはさまざまな見解があります。

喜怒哀楽はどちらかというとなり易な部類に属すると見られている一方で、モチベーション、思いやり、感謝心といった要素は、きわめて難しい領域に属しますが、それでもかなりの程度研究は進み、実現可能性は少しずつ高まってきていると言われています。

さて、ビジネスに与える重要な影響を三つに絞って考えてみましょう。

一つ目は、さまざまなところで言われていますように、今まで必要とされた職業、職種のかなりの部分が消えていく、という点です。特に「作業」と言われるものはここ5～10年

でほとんどなくなると考えていいでしょう。工場、オフィス、店舗の多くで仕事の内容は大きく変化し無人化が進むでしょうし、土業といわれるような専門職もAIに置き換わっていく要素は決して小さくありません。

二つ目は、その裏返しとして、新しいビジネスがものすごい勢いで生まれてくるだろうと私は確信しています。いわゆる「X-テック」と呼ばれる数々のテクノロジーを駆使したニュービジネスがあらゆるところで既に開花しており、それらの事例と今後の展開予想について次回以降順次ご説明をいたします。

三つ目は、教育の比重が飛躍的に高まる点です。大げさに言えば、すべての企業は、「広義的教育産業」にならなければ生き残れない、と私は思います。ここ10年程度で「ヒト」が担うべき仕事、ハイレベルのマネジメント、ハイレベルのホスピタリティ、ハイレベルのクリエイティビティにシフトしていくからです。もちろん、ハイレベルがどの程度かは難しいところですが、いずれにせよ、ヒトはAIを使いこなすことはもちろん、AIにはできないレベルの能力を身につける必要に迫られるのです。

つい50年、60年前まで「高等教育を受けるより、少しでも早く世の中に出て仕事を身につけて・・・」と言われることも多かった日本ですが、一人一人のヒトの教育に、多くの時間、コスト、エネルギーを注がない限り、そのヒトがAIを超えるレベルに到達し、AIを使いこなしながら存在価値を高めることができない時代がやってきたのです。

## 職業奉仕月間 / 追悼記念週間27日を含む週

大阪鶴見ロータリークラブテーマ「変化対応 実験年度」

広報・会報・雑誌・IT委員会 委員長：源壽美子 副委員長：濃添敬造 委員：秀島博規、中嶋英貴、清水正憲、田中信明、巽 健一

- 1月17日(火) 職業奉仕部門 クラブフォーラム
  - 21日(土) 第3回派遣候補生オリエンテーション
  - 24日(火) 新年夜例会  
追悼記念週間
  - 31日(火) 休会
- \* 1月のロータリーレートは1ドル116円です。

〈理事会報告〉

次年度米山奨学生の受入れについて、受入れクラブが過剰気味であること、青少年交換学生受入れがあるので、今回は受入れないこととする。

職業奉仕委員会

委員長:覚野廣久

クラブフォーラム報告

会員各自の職業を通じてどのような奉仕活動を行っているのかを話し合っていて、今後各自の事業所での活動の参考にして頂く目的でフォーラムを実施致しました。

以下、発表内容の要約を箇条書きにて報告いたします。

- ・貿易を通じて奉仕出来ることを考え、4年間でバン格拉ディシュに学校を建設し寄附する計画を立てて実行する。
- ・コーヒーの残渣を廃棄し焼却すればCO<sup>2</sup>が発生するが、それを再利用してCO<sup>2</sup>を出さない方法を実施し、環境に良いよう貢献している。
- ・親が迎えにくるまで共働きの子供達が勉強したり、遊んだり出来る居場所として家を開放して地域に貢献している。
- ・会社で身障者や発達障害者の雇用を促進して社会貢献している。
- ・AIを使って言語の壁をなくすシステムを作って日本のグローバル化によって他国とのコミュニケーションを図り世界平和に貢献する。
- ・関西の女性経営者のモデルになるよう3年後を目標に会社を上場する。
- ・「両得安穩」をモットーにクライアントと施工者が両方満足出来るよう知恵を出して職業奉仕をしている。
- ・依頼人の為、自分の仕事に一生懸命精を出すことが結果的に社会の役に立つと考える。
- ・火災報知器は、生産性に直接関係のない設備であり、歓迎されないこともあるが、安心安全を提供し、人の命を守ることで奉仕する。
- ・歯科医は医療の中でも職人的側面がある。口の中に入れるものが長持ちすることで患者さんに喜んでもらう。高齢化社会においてクオリティの高い生活を送ってもらう。
- ・「職業人教育を通じて世の中に貢献する」理念を掲げることでスタッフの意識が変わり、より質の高い奉仕の実現につながっている。

- ・3歳児検診、定期検診、休日診療、夜間診療等の無償医療を実践している。
- ・職業を通じて自分を高める。全ての仕事は社会秩序の為に機能していると考え、国選弁護人の受入れを通じて奉仕する。時には国家権力と戦う。たとえ負けた時でも「よくやってもらいました」と言ってもらえた時、やり甲斐を感じる。
- ・広い意味での企業支援。顧客企業をきっちり下支えし、自社従業員のやる気を顧客の能力向上につなげることに注力する。これが結果として職業奉仕であると考え。
- ・顧客企業の提供する「モノ」や「サービス」の販売促進の為、アイデアの提供をはじめ、手足となって顧客企業のビジネス向上に資する働きをする。

災害支援PJ委員会

副委員長:発 剛士

22年前の平成7年1月17日、同じく火曜日に起こった阪神淡路大震災を忘れることがないように、本日災害支援PJ委員会より募金活動を行いますのでご協力をお願い致します。

ロータリー財団委員会

委員長:田中信明

1月よりロータリーレートが1ドル116円となりましたが、連絡が遅くなり申し訳ありませんでした。

尚、今年は皆様の御協力を得て目標の約90%を達成しておりますがあと数名の方々に後半の御協力をお願い致しますのでよろしくお願い致します。

国際奉仕委員会

委員長:佐藤俊一

第2回クラブ国際奉仕委員長会議 出席報告  
プログラム内容

- ①人道的国際奉仕活動と財団補助金  
国際奉仕活動 グローバル補助金・地区補助金  
社会奉仕活動 地区補助金  
2月から3月にかけて申請する必要あり。
- ②アトランタ国際大会の参加要請  
地区目標200名 現在138名
- ③講演会 原田義之氏 元高砂青松RCからタイチェンライRC会長経験者  
タイ山岳民族アカ族子供就学支援について  
できれば卓話にきていただけるよう交渉中です。

出席報告		(1月10日1537回)	
会員数	32名	ビジター	2名
(内出席規定免除	10名)	ゲスト	1名
出席会員	22名中 17名	出席総数	27名
出席免除会員	10名中 7名	前々回	12/13 M/U 1名
出席率	24/29 82.76%	修正出席率	78.57%

## 😊 NIKONIKO箱 😊

¥13,000.- 累計 ¥720,000.-

- 大阪城東RC 本日は貴重なお時間をいただき、有難うございます。3月4日のインターシティーミーティングを宜しくお願い致します。
- 小山会員 本日卓話担当です。純和センターの仲田純子様「マインドフルネス」についてお話していただきます。宜しくお願い致します。
- 笹野会員 あけましておめでとうございます。遅ればせながら今年のクリスマス会、皆様本当に有難うございました。親睦委員長としてほぼ任務完了かなと思っています。

## 大阪鶴見RC国際交流基金

¥5,000.- 累計 ¥160,000.-

- \*前回の募金額は17,000円で累計額は155,000円でした。ここに訂正しお詫びいたします。
- 山川会員 皆様、いつも勝ってしており申し訳ありません。遅くなりましたが、本年もどうぞよろしくお願い申し上げます。
- 秀島会員 なにはともあれ！

### 卓話

#### マインドフルネスについて

マインドフルネス心理療法・純和センター  
代表：仲田純子氏（マインドフルネス瞑想療法士）  
担当：小山会員

「心の病から一人でも多くの人を助けたい。」そんな思いから、私は、特定非営利活動法人マインドフルネス総合研究所において、マインドフルネス心理相談員の資格を取りました。マインドフルネス心理療法は、30年以上前にマサチューセッツ大学医学部教授ガバットジン博士によって創始され、近年日本でも再注目されている心理療法です。平成20年からJR高槻駅前に相談室「純和センター」を開設し、マインドフルネス心理療法の中の「自己洞察瞑想療法（SIMT）」という療法を用いて、うつ病やパニック障害、不安障害に罹っている方や、また何かの原因で登校拒否になった子供達の支援をさせて頂いています。認知療法のように、認知の歪みを変える療法ではなく、自分の考えや感情などを、善悪の判断をせず観察し、呼吸法などを用いて苦悩の連鎖を断ち切って行く療法です。

人は心理的なストレスを受けると、嫌悪、不満、後悔、絶望、怒りなどの感情を起こすような思考を、何度も繰り返すこととなります。そうすると、交感神経や副腎皮質が興奮し、ストレスホルモンが分泌されます。こういう状態が継続すると、ストレスホルモンが過剰に分泌され、血管を通して脳に伝わり、前頭前野、海馬、帯状回などの機能低下を起こし、うつ病などの病を引き起こしてしまうと考えられています。健常者であれば、ストレスホルモンを鎮める機能が働き、精神のバランスを保つことができますが、

回復機能が低下し、病気を発症してしまうのです。ストレスホルモンの過剰分泌は、胃潰瘍などの内臓疾患を引き起こす可能性もあり、全ての人が、ストレスを緩和できるスキルを持つ方が良いと言えます。

また、この療法は、集中力を高める効果もあり、仕事や勉強の能率を上げる効果もあります。SIMTの訓練をすると、今ここで、仕事のような1つの価値実現行動に専心しなければならない時に、気がかりな事が浮かんでも、素早く流してしまい、仕事の手を休めることがなくなります。目前の行動に集中出来る心になりますので、仕事中に油断しにくい心になります。別のことにとられることが少ないので仕事の能率が上がるのです。ところが、仕事の最中に別の価値のことが心に占領されると、目の前のことが見えなくなるので、心が仕事からそれます。SIMTの訓練をすると、仕事の能率も上がりますし、ミスも少なくなり、製造業などでは品質の向上も期待できます。事故の予防にもなります。

自己洞察瞑想療法の中心課題として、最初から最後まで実践しているのが「ゆっくり呼吸」です。「ゆっくり呼吸」は吐く息を長くして、吸う息を短くする呼吸法です。この呼吸法を実践すると脳内にセロトニンが分泌され、心が安定します。呼吸は普段の生活では忘れがちになっていますが、呼吸ほど大切なものではありません。自己洞察瞑想療法では、「ゆっくり呼吸」をするだけではなく、呼吸をしながら、自分の心の中の動きを詳細に観察していきます。出て来た思考・感情・感覚などを観察します。その思考や感情・感覚に関わることなく、放っておいて、また呼吸の観察に戻ることに成功すれば、ストレスで心身を痛めつける事を軽減できるスキルを修得したことになります。またその他、集中力を高めることにもなります。

「ゆっくり呼吸」をし、自分の内側の思考や感情を観察し、それに振り回されない術を身につける事が大切です。

家庭内暴力、いじめ、犯罪など、人はともすればカッとなって、取り返しのつかない心身の傷を、大切な人に負わせてしまう危険性を持っています。一時的な感情・思考によって、破滅的な行動を起こさず、建設的な行為を選択する自由を持ち、たった一度の人生を、全ての人が有意義に過ごせる事を、心より願っています。

御清聴ありがとうございました。



担当：田中会員

Rotary



www.rotary.info

# ROTARY

121万の  
ボランティア会員  
世界200カ国

## ロータリーソング

### 四つのテスト

言行はこれに照らしてから

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

### R-O-T-A-R-Y

R-O-T-A-R-Y,  
that spells Rotary  
R-O-T-A-R-Y, is known on land and sea  
From North to South, from East to West  
He profits most who serves the best  
R-O-T-A-R-Y,  
that spells Rotary

### 奉仕の理想

奉仕の理想に集いし友よ  
御国に捧げん我等の業  
望むは世界の久遠の平和  
めぐる歯車いや輝きて  
永遠に榮えよ 我等のロータリー

### 我らの生業

我等の生業さまざまなれど  
集いて図る心は一つ  
求むるところは平和親睦  
方むるところは向上奉仕  
おゝロータリアン 我等の集い

### 限りなき道ロータリー

奉仕の理想 胸に秘め  
友情花と咲かせつつ  
生きよう今日も ニコニコと  
一筋の道 ロータリー  
限りなき道 ロータリー

### それこそロータリー

どこで合っても やあとのおうよ  
見つけた時にゃ おいと呼ぼうよ  
遠い時には 手を振り合おうよ  
それこそ ローローロータリー

### 町に灯(ともしび)を

出会いの挨拶してごらん  
並木さらさら葉から葉へ  
人にやさしい町の風  
ロータリー ロータリー  
廻って 守れ 風車になって  
地球がきれいな息をする

### われらがロータリー

「聞こえるかい 熱い心の高鳴りが」  
夢を世代に受け継いで  
今日も明日もその先も  
胸いっぱい友情深め  
肩組んで 謳おう  
われらが ロータリー