



KUMAMOTO

The Weekly Bulletin
GREEN Rotary-Club

Kumamoto green rotary-club district 2720 rotary international

R.I. 会長テーマ 「ロータリーのマジック」

R.I. 会長 ステファニー・A.アーテック

2024～
2025年度
テーマR.I.2720地区テーマ 「寛容な心でロータリーの未来、
そして若者の未来を考えよう」R.I.2720地区 ガバナー
三村彰吾熊本G.R.C.テーマ 「ロータリーに目的を持ち
人生を豊かにしよう」

熊本グリーンRC会長 宮部康弘

■例会日：毎週月曜日 18:30～19:30
■例会場：熊本市中央区城東町4-2 熊本ホテルキャッスル
TEL096-326-3311■創立：平成元年2月22日 ■会長：宮部康弘 ■幹事：河島一夫 ■会報担当：田中慎二
■事務所：熊本市中央区城東町4-2 熊本ホテルキャッスル内
TEL096-354-4521 FAX096-354-4053 E-mail:kgrc@serc2720.org国際ロータリー
第2720地区

熊本グリーンロータリークラブ週報

第1563回

2024 - 2025 年度 第38回

令和7年6月9日

【例会】

1. 閉会・点鐘 18:30

2. 食事と交歓

・「奉仕の理想」（ロータリーソング）

来訪者紹介（宮部康弘会長）

なし

友情の握手

会長挨拶（宮部康弘会長）

皆さん、こんばんは。先日、母親と久しぶりに親子喧嘩をしてしまいました。目に病気がある母親が田舎で車生活はそのうち生活に支障が出るだろうと、私としては親孝行のつもりでしたが、彼女としては車を取り上げられ、友達とも会えない、マンションなので土いじりもできない、都会などで埃っぽくアレルギーが酷く外出が困難などなど不幸の理由を私にぶつけてくるので、ついつい私も語気が強くなってしまいました。反省です。

最初は腹が立っていたのですが、よく考

グリーンロータリー・クラブの例会日がきても、出席するかどうか決めるには及びません。

というのは、私にとって出席は決まりきった事だからです。これは、ロータリーに入会したとき受入れた義務の一つです。

えてみると以前住んでいた田舎でも、最近誰とも話していない、目が見えなくなってきた信号を見落とした、弟夫婦がかまってくれない、などと30分間話し続ける、という状態でもありました。なぜ、今あるものに目を向けず、ないものばかりに目を向けるのか、と考えてみました。以前、アドラー心理学の「嫌われる勇気」という本を読んだ際に「あなたの不幸は、あなた自身が選んだもの」という文言を思いだし、母親も「かわいそうな私」というポジションが落ち浮くのかな、などと今感じ、今後どのように接していくか模索中です。人は「なぜ不幸せな状態に“落ち着いて”しまうのか」を、心理学でよく挙げられる代表的なメカニズムがいくつか見つけたのでご紹介したいと思います

学習性無力感、繰り返し「何をしても状況が変わらない」という経験をする、人は「変えようとする努力そのもの」を学習的に諦めてしまいます。行動を起こせないまま時間が経つと、無力感が「自分は無力な人間だ」という自己概念にまで広がり、現状維持が“自然”に感じられるようになるそうです。

自己確認と環境、 ポジティブ／ネガティ

卓話予定

6/16 会長・会長以外・副会長・幹事・SAA・6常任委員長 退任挨拶
6/23 「夫婦会・歳祝い」（於：フランス料理「七彩」）
6/30 定款第7条置第1節に基づき例会取り止め（休会）

【熊本グリーンRC ホームページアドレス】 <http://www.kg-rc.com/>

ブのどちらであれ「自分像と環境情報を一致させていたい」という想いがあり、「私はダメな人間だ」という自己概念を持つ人ほど、失敗や否定的な評価を呼び込みやすい環境を無意識に選び、結果として不幸せな状態を固定化しやすくなるそうです。ネガティブな自己像と対人関係、ネガティブな自己評価は、対人関係での弊害や他人の手助けを避ける事があるそうです。そのため「助けを借りて状況を変える」というチャンスを逃しやすく、孤立や悪循環に陥りがちです。

変化への恐れと“慣れ”の安心感、不幸せでも「結果を予想できる現状」は、予想できない未来の変化より心理的に安全に感じられるそうです。特に不安傾向が強い人や過去に大きな喪失体験がある人ほど、「未知への不確実性」を避けるために現状維持を選びやすいとされています。

二次的利益、不幸でいることで周囲から同情が得られたり、責任や挑戦を回避できたりする場合、「不幸せでいること」が行動的に強化されることがあり、本人に自覚がない形で働くことも多く、気づかないまま現状を手放しにくくなるケースもあるそうです。

文化・社会的要因、日本では年代によって幸福度がU字になる（30～50代で落ち込みやすい）ことが報告されています。多忙さや養育・介護負担、周囲への遠慮などが重なり、「自分の幸福より役割遂行を優先する」価値観が現状固定化を後押しすることもあるそうです。

生理・神経学的な“慣性”、抑うつ状態では脳内報酬系（ドーパミン経路）の働きが鈍くなり、「行動を起こすエネルギー」そのものが低下します。これにより「変えれば楽になると頭で分かっているけど動けない」という“慣性”が生じ、停滞が長引くことがあります。

状態を抜け出すためのヒント「小さな成功体験や達成感→自己像の更新→行動エネルギー回復」という流れで循環させると、停滞を突破しやすくなるとの事でした。なかなかハードルが高い母親のネガティブ感情ですが、これも修

行と捉えこれからも接していきたいと思います。
では、本日もよろしくお願いいたします。

幹事報告（河島一夫幹事）

■報告事項（その他のロータリー関係）

2025～2026 年度 熊本市域 R C 会員名簿作成の件

次年度の市域 R C 名簿を作成する時期が来ました。今の名簿の写真を変えたい方や、住所、役職等が変わった方は、7月末迄に申し出て下さい。

慶 事

（田中慎二クラブ管理運営委員（親睦担当長））

6月お誕生日祝い

松村 都子.6月17日

田代 泰佳 .6月14日

湯上 知華 6月17日



Happy Birthday!

委員会報告

「ロータリーの友」6月号の紹介

報告者：河野景治公共イメージ委員長

出席報告 (西本周平クラブ 管理運営 (出席担当))

	会 員 総 数	20名	出 席 率
6月9日	出席免除会員数	0名	65.00%
	計算上会員数	20名	
	出席会員数	13名	
5月12日	前回出席会員数	15名	70.00%
	メイクアップ数	0名	
	修正出席会員数	15名	
メイクアップ済会員及メイクアップ訪問先			
なし			

スマイル (山下佳介スマイル担当)

●宮部康弘 君、河島一夫 君

「本日は第2回クラブ協議会です。次年度も盛り上げていきましょう。本日もよろしくお願い致します。」

●山口 翼 君

「本日は第2回クラブ協議会になります。皆様どうぞよろしくお願い致します。」

●田上裕章 君

「梅雨に入りました。何かとスケジュールが遅れて来いてますが、反面、時間が空いてきて楽しめます。今日も宜しくお願いします。」

●山下佳介 君

「宮部会長も残すところあとわずかになりましたね。世界大会に行かれるので、来週例会が最後ですね。今日は今年度最後のクラブ協議会よろしくお願いします。」

●田中純司 君、山口悦史 会員

田中慎二 会員

「今日はクラブ協議会です。各委員長の皆さんお願い致します。」

3. 例会プログラム

卓話者

- ・次期会計 河野景治 会員
- ・次期 S.A.A. 河島一夫 会員
- ・次期クラブ管理運営 田中慎二 会員
- ・次期公共イメージ 荒木一之 会員
- ・次期会員増強委員会 宮部康弘 会員
- ・次期奉仕プロジェクト委員会 田中純司 会員
- ・次期青少年奉仕部会 山口悦史 会員
- ・次期ロータリー財団部会 江上泰弘 会員

講評 山口 翼次期会長

「新年度第2回クラブ協議会」

次年度委員会方針発表



次期会計 河野景治 会員



次期 S.A.A. 河島一夫 会員



次期クラブ管理運営 田中慎二 会員



次期青少年奉仕部会 山口悦史 会員



次期公共イメージ 荒木一之 会員



次期ロータリー財団部会 江上泰弘 会員



次期会員増強委員会 宮部康弘 会員



講評 山口 翼 会長



次期奉仕プロジェクト委員会 田中純司 会員

4. 閉会・点鐘