

WEEKLY

一宮

題字 PG 安野謙次

Rotary



The Rotary Club of Ichinomiya

●例会日 木曜日 ●例会場 一宮商工会議所 ●承認日 昭和24年12月31日

●事務局 一宮市栄4-6-8 一宮商工会議所ビル5階 電話(0586)24-1931 ☎491-0858

奉仕しよう みんなの人生を豊かにするために

奉仕しよう みんなの人生を豊かにするために

URL:<http://rc138.org>

E-Mail:rc138@lily.ocn.ne.jp



重文 「陵王」面 真清田神社蔵

2022年1月20日 第3492回例会

会 長 梯 國彦 会長エレクト 関 戸 徹
幹 事 鈴木 洋志 副 幹 事 吉 田 真人
副 会 長 猪 子 誠 兒 会報委員長 内 藤 幹 夫

プログラム

クラブアッセンブリー

上半期報告

下半期計画

ロータリーソング 「我等の生業」

1月度のプログラム

6日 休会 定款第7条第1節d
13日 例会変更 一宮4RC合同新春例会
20日 クラブアッセンブリー 上半期報告 下半期計画
27日 休会 夜間例会 3月10日(木)に延期

会員誕生日おめでとう

山口元彦君(1月 1日) 野村和弘君(1月 4日)
山田一仁君(1月15日) 木村憲彦君(1月16日)
牛田 猛君(1月20日) 大森輝英君(1月20日)
森島勝美君(1月22日) 野杻晃充君(1月22日)
土川保夫君(1月26日) 石黒敬康君(1月26日)
鶴飼雅弘君(1月26日) 長谷川勝久君(1月29日)
石川信吾君(1月29日)

会員夫人誕生日おめでとう

山口元彦君夫人 陽 子様 (1月 3日)
鈴木洋志君夫人 正 子様 (1月 4日)
山下貴稔君夫人 真 理様 (1月 5日)
森 保彦君夫人 百 代様 (1月15日)
松原直次君夫人 美和子様 (1月15日)
丹羽 健君夫人 伸 子様 (1月16日)
太田義孝君夫人 千代子様 (1月18日)
森 初男君夫人 優 子様 (1月25日)
吉田真人君夫人 直 美様 (1月30日)

結婚記念日おめでとう

山口雅志君 (1月26日) 西岡隆夫君 (1月29日)
野村和弘君 (1月29日)

第3490回例会の記録
2021年12月23日(木)

会長挨拶

皆さん、こんにちは。

梯 國彦

次回の予定

1/27 休会 夜間例会 3/10に延期
2/ 3 例会取りやめ
2/10 休会 定款第7条第1節d-1
2/17 インシエーションスピーチ

今日のお客様は、元東海ラジオアナウンサー青山紀子さんです。後ほど卓話をよろしくお願ひします。

2021-22年度も、今日が上期の最終例会となりました。半年間、会員の皆様にはご指導とご支援をいただき厚く御礼申し上げます。

下期におきましても本年度の運営方針「例会に来て良かった」を念頭に、親睦と学びをクラブ運営方針として行動してまいります。2022年度もよろしくお願ひします。

12月のロータリーの友に、筋肉を保持する大豆のチカラという見出しで徳島大学宇宙栄養研究センター長二川健さんが2500地区・地域融合フォーラムの講演会で講演された内容が記事になっていました。骨格筋は、栄養学的にも非常に重要視される筋肉で、筋量が多い人ほど長生きをするという結果が出ているらしく握力と歩行速度で診断がつくようです。寝たきりにならないようトレーニングと食事対策をしましょう。

本日のロータリーの学びは、弁護士 菊間千乃さんの「退路を断つ力」です。一読をお願いします。

委員会報告

ニコボックス

倉内賢一

☆ 森 初男君

山下病院で胃ガンの手術を受けました。

服部院長先生に「森さん、とても運が良い！早期発見と新技術が決め手です」と毎日励まされ、今月16日に1週間で退院でした。只今は皆様に感謝の日々の中、ゴルフ・スキー・畑仕事・お酒は自粛です。

☆ 倉内賢一君

先日、企業版ふるさと納税を活用し一宮市へわずかですが寄附をさせていただきました。一宮市の代表産業である繊維産業の振興のお役に立てばと思いFDCの人業育成事業にお使いいただくことになりました。相談に乗って頂いた大鹿さん本当にありがとうございました。

☆ 渡邊 肇君

本日の卓話はフリーアナウンサー青山紀子さんからいただきます。

午後のひととき美しい声を聞いて下さい。

☆ 梯 國彦君 鈴木洋志君

本日の例会の卓話として東海ラジオパーソナリティ青山紀子さんをお迎える喜びで。

「マスク越しでも伝わるコミュニケーション」ということで大変楽しみにしております。

出席報告

現在の会員数	109名
本日の出席数	67名
前々回の出席率	100%

***** プログラム *****

卓話

青山紀子氏

(フリーアナウンサー)

テーマ「マスク越しでも伝わる話し方の
ポイントを伝授します」



フリーアナウンサー青山紀子です。この度は、一宮ロータリークラブの皆様の前で話しさせて頂ける機会をいただき、うれしく思います。

私は東海ラジオで日曜日11時30分～14時まで「ねね・りのアオハルみゅ〜じゅく♪」という音楽番組を担当しています。80年代、90年代の曲を中心にお届けしています。ベストテン番組が大好きだった世代には泣いて喜ぶ選曲となっていますので、ぜひお聴きくださいね。

話す仕事を生業として、もう25年以上がたちます。現在では、中京大学や名城大学などでも「話し方」についての授業を持ったり、ミュージックスクールで、話し方インストラクターとしても教える仕事についています。そのような中から、今回30分というお時間で、今に合った「話し方」の話題ということで「マスク越しでも伝わる話し方のポイント伝授します！」というテーマにさせて頂きました。

最近ではマスクをしている分、以前よりもしっかりと「言葉を伝える意識」を持つことは重要です。今回は、4つのポイントをお伝えしました。

①まず、マスク越しですので、顔全体の表情を見ることができません。マスクをしていても見える部分でまずは印象を良くします。人から話しかけられやすい好感の持てる表情はどんな表情でしょうか？マスク越しでの好感の持てる表情は「目で笑う！」というのがポイントです。この時に頬骨近くの頬の部分が持ち上がるのがわかると思います。マスクの中では、常に頬の部分が下がり気味になっていますので、意識して、目で笑うことで頬の部分をぐっと上げます。そして笑顔を作るのです。笑顔になると、自然と声が明るくなります。明るくなるということは、音程がやや上がるので、ご自身の中での聴きやすい周波数となり、声が遠くに届きやすくなります。

②続いて、話す際には、口がしっかり動いているかというのも重要です。しっかり動いていなければ、滑舌も悪く聞き取りにくくなります。そこで顔の表情筋のウォーミングアップをします。皆様が良くご存知の「あいうえお」。こちらを、一音一音、大きな口をあけて、準備運動をします。普段の3倍ぐらい大きな口をあけて口の周りの筋肉を伸ばします。その後「アオ アオ アオ アオ・・・」「イウイウイウ・・・」と何度も口を動かして、筋肉をしっかりほぐしていきます。話している時によく噛むという人は、このウォーミングアップができていないと思われます。ジョギングするときにはアキレス腱を伸ばしてウォーミングアップするのと同じように、話すときにもしっかり顔の筋肉も伸ばしてあげましょう。

③いよいよ「伝わる話し方」の本題に入っていきます。マスクをしていないときの聞きやすさが100%だとしたら、今はマスクをしている分、80%ぐらいに下がっています。20%はご自身の意識で変えていきたいですね。それにはまず、「自分の話している声を自分自身で聞くこと」です。自分が話しているそばから、自分の耳で自分の声をしっ

かりと聞く癖をつけてみましょう。実は私たちは自分がしゃべっている時、案外自分の声をしっかり聞いていないことが多いのです。では、例文。「今日は一宮ロータリークラブの例会にきました。」と、まず普段通り話してみましょう。続いて、自分の声を聞くぞという意識をもって話してみてください。いかがでしょうか？「意外と早口だった」「滑舌が悪かった」など色々と気づく点があると思います。早口の人は、自分が聞き取れる速度まで緩めてみましょう。自分で自分の声を客観的に聞く訓練は効果的です。

④最後です。③で滑舌が悪いなど思われた方は、まずは、文章の最初の文字をハッキリ言う意識をもって話してみてください。「一音目を落とさない」ことです。それができたら、文章全体に目を移し、単語の最初の文字を落とさないように発音してみましょう。例えば「きょうは、いちのみやロータリークラブのれいかいにきました。」ならば「【き】ょうは、【い】ちのみや【ロ】ーターリ【ク】ラブの【れ】いかいに【き】ました。」と【 】で記した文字を落とさない意識を持つことです。こうした少しの心がけで、マスク越しでもぐっと言葉が聞きやすくなります。「マスクをしていてもマスクをしていなかった時以上のコミュニケーションが図れますように。」今回の卓話が少しでもお役に立てれば幸いです。

第3491回例会の記録

2022年1月13日(木) 例会変更

一宮4RC合同新春例会 真清田神社参集殿

会長挨拶 梶 國彦

皆様、新年明けましておめでとうございます。

新年のスタートにあたり、一宮市長中野正康様をお迎えし、新春例会を開催できたことにお礼を申し上げます。お忙しい所、有難うございます。

新型コロナウイルスからオミクロン株へと私たちの生活、仕事、ロータリー活動など多くの面で支障が生じています。ニューノーマルという新常态の中でアフターコロナに訪れた新しい働き方、生活様式などコロナで分断された状況が落ち着きかけましたが、オミクロン株によって第6波が心配されています。

2021-22年度国際ロータリー会長シェカール・メータ氏は活動テーマとして「奉仕しよう、みんなの人生を豊かにするために」を提唱されました。

100周年という大きな節目を迎えた一宮市が、明るく豊かな街になるよう、一宮市に存在する我々4ロータリークラブが、リーダーシップを発揮し、結束して回復への道を照らし、力強く歩み続けていかなければなりません。

本年が皆様の仕事、ロータリー活動にとって充実した実りある一年となることを祈念し、年頭の挨拶とさせていただきます。有難うございました。

