



世界に希望を生み出そう

2023-24年度 RI 会長  
ゴードン R. マッキナリー

# Rotary



No.3554 6月18日(火)

本日の卓話

## 「メタバース和歌山について」

豊田 英三 会員

次週の卓話

## 「最終夜間例会」

(18:30~)

先週の例会記録

- ✳️ロータリーソング 日も風も星も
- ✳️ビジター紹介 和歌山東南から中 弘さん  
(会員数82名、免除会員1名)  
本日出席(6/11) 58名 70.73%
- ✳️出席報告 和東へ1名、地区へ5名
- ✳️メイキャップ 瀬川良浩さん、河村秀樹さん、  
塚本貞治さん、和中美喜夫さん、  
森下展行さん、糸川文雄さん、  
西岡千博さん、吉田友之さん、  
高 誠さん、紀 俊崇さん、  
中谷久生さん、川端貞喜さん、  
松井良樹さん、グルメ会有志一同

本日合計 ¥59,000

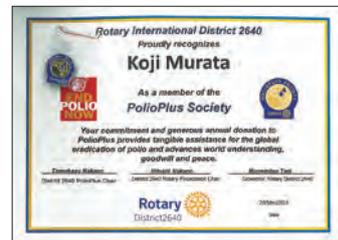
今年度累計額 ¥1,983,500

- (財団寄付献金箱) 川端貞喜さん、松井良樹さん、  
野井和重さん、中野智一さん
- (米山奨学会献金箱) 川端貞喜さん
- (青少年育成奨励金) 川端貞喜さん

## 6月はロータリー親睦活動月間です



ポリオプラス・ソサエティプログラム参加登録者  
(松井良樹会員、村田弘至会員、中野智一会員、  
野井和重会員、野志幸生会員) (アルファベット順)



登録証とピンバッジ

会長あいさつ

### 会長 川端 貞喜



今週のクラブ会報に掲載してもらっていますが、タイへの浄水器贈呈の事業が完結しました。ロータリーの7つの重点分野のうちの一つ、「水と衛生」についての取り組みとなりました。

ノンケームRCの磯部さんがいつもご尽力頂いていますが、3350地区の複数のクラブが共同して下さって、今年2月の3校に引き続き、4校への浄水器設置が完了したと報告頂きました。今回の4校はタイの1番北の方。昔ゴールドトライアングル地帯といわれた、ミャンマーとラオスとの3国が接するかなり奥深いエリアです。流石に2回目の贈呈式への参加は見送りましたが本当は行って子ども達の笑顔を見たかったです。

タイ国が浄水器を自ら設置する力が無いのか？疑問も有るかもしれません。しかしあちらの子どもや、一般市民が綺麗な水を飲んでいないのは現実です。我々の行動で誰か1人でも健康状態が良くなって将来に偉業を成し遂げるよ

うな人が輩出されるかもしれません！そうなればすごく嬉しいですね。

さて、今日は宅話ゲストとして、和歌山南ロータリークラブの伊良波さんにお越し頂いています。今年度のゴードンR.マッキナリーRI会長の3つの会長イニシアチブのうちの一つ、メンタルヘルスの優先、について皆さんに考えて頂きたいと思います。

9月にも社会保険労務士の村上寿美子さんに「職場におけるメンタルヘルス」と題してお話し頂きましたが、今回は医学的な立場からお話しをお聞かせ頂きます。

後ほどよろしくお願ひします。

## 会 長 報 告

- 当クラブホームページにて、クラブ会報を掲載始めました。各自ご確認をお願いします。
- 70周年記念事業で和歌山城に寄贈した案内板の改修を打ち合わせ中です。



和歌山RC  
ホームページ

### 「第7回 理事予定者会議」開催！

2024年6月11日(火) 18:30～



### 幹 事 報 告

- 例会変更のお知らせ (田辺RC)
- 6/25最終夜間例会 (浴衣推奨) 出欠お願いします



誕生日お祝い

### 新会員紹介 New Face

#### じ こう のぶ はる 慈 幸 信 治 会 員



生年月日 昭和45年10月7日  
 職業・役職 株式会社ダイキョウ  
 代表取締役  
 同上所在地 和歌山市中之島1527番地  
 TEL 073-425-3388

職業分類 特殊印刷  
 趣味 サーフィン、ゴルフ  
 推薦者 川端貞喜・垣本英作・紀 俊崇

#### たけ むら ひろ かず 竹 村 浩 和 会 員



生年月日 昭和53年8月12日  
 職業・役職 野村証券株式会社  
 和歌山支店 支店長  
 同上所在地 和歌山市十番丁9-2  
 TEL 073-431-2111

職業分類 証券  
 趣味 マラソン、トライアスロン、登山  
 推薦者 河村秀樹・川端貞喜

### 卓 話

## 「治療から予防へ 心のレジリエンスを高めるために」



いらなみのりこメンタルケアクリニック  
 院長 伊良波 範子 さん

私は桐蔭高校では文系クラスで、神戸女学院大学英文科を卒業し、結婚後精神科医になろうと決めて、2人目の子供が入園した年に和歌山医大に入学、38歳で医師免許を取得しました。

音楽活動は神戸女学院時代にロックバンド、結婚後は長唄・三味線・箏などの邦楽に携わり、その後ジャズボーカリストとしてライブ活動を始め、国際的に活躍されているギタリストでプロデューサーの吉田次郎さんのプロデュースで2015年にCDをリリースさせて頂きました。

そして『精神療法を中心とした診療』と『音楽活動』を両立するために、その年に完全予約制の『いらなみのりこメンタルケアクリニック』を開業しました。

認知療法は国際的にもスタンダードな精神療法です。現実の出来事などを出来るだけしなやかに捉えたり、バランス良く捉えることで気持ちが楽になったり、ストレスや不安に対して上手く対処出来るようになり、自己回復力(レジリエンス)や問題解決能力が高まります。

認知療法は病気の方のみならずどなたにとっても役に立つ精神療法であり、企業でのメンタルヘルスや教育の現場でも用いられるようになってきましたが、残念ながら和歌山ではまだまだ認知療法の普及などは遅れています。和歌山は自然の恵み豊かで大いなる可能性を秘めた素晴らしい地域ですが、同時に自殺率、違法薬物、人口減少、少子高齢化などいくつもの深刻な社会課題を抱えています。

私達『森の願い』は名草山の麓にある吉原分校の廃校活用を目指して2年前から和歌山市と話し合いを続けています。癒しの力を持つ貴重な環境財産であるこの木造校舎と周辺空間を未来に遺して、あらゆる年代の人達が交流できる場所を創り、より多くの方々の幸福度が高まるような仕組み創りをしたいと考えています。

様々な立場の人々が繋がって行政と連携することで解決出来るが増えると思いますので、未来の和歌山のために皆様のご支援やご協力をお願い出来れば幸いです。



紹介者・河村会員、卓話ゲスト・伊良波範子さん、川端会長