

2020 - 21 年度 国際ロータリーのテーマ
『ロータリーは機会の扉を開く』
RI 会長 ホルガー・クナーク

川崎北ロータリークラブ会長の方針
『ONE TEAM』
会長 松山 直樹

Rotary



川崎北ロータリークラブ会報



会長 松山 直樹

幹事 谷口 一成

会報委員長 大塚 正一

事務所：〒211-0063 川崎市中原区小杉町 3-70-4 ホーユウパレス武蔵小杉 104 TEL 044-722-8037 メール：knrc@nifty.com

URL：http://kawasaki-north-rc.blue.coocan.jp/

例会：毎週水曜日 12：30

二子玉川エクセルホテル東急

第 2917 例会

令和 2 年 12 月 9 日 (水)

(本年度第 15 回)

点 鐘

松山 直樹 会長

司 会

横山 芳春 会場監督

お客様紹介

松山 直樹 会長

地区副幹事 赤堀 和人 様 (神奈川東 RC)

RLI 日本支部 事務局員 高田 修 様 (東京世田谷 RC)

出席報告

会員数 49 名 出席 49 名 欠席 0 名
(対象外 0 名) 出席率 100%

会長報告

松山 直樹 会長

- 1.地区より、2023～24 年度ガバナーノミニ候補者推薦について文書が届いています
- 2.中原区役所より、中原区諸団体合同新年賀詞交歓会「中止」のお知らせ
- 3.川崎青年会議所より、新年のつどい規模大幅縮小にて「開催」のお知らせ
スローガン：継承と変革
※ 2021 年度は創立 70 周年を迎えるとのことです。

幹事報告

谷口 一成 幹事

- 1.地区からの来信
オンライン RLI (ロータリーリーダーシップ研究会) パート I 開催のご案内
オンラインでの少人数ディスカッション形式
日時：1 月 24 日 (日) 9：00～16：40
締切：1 月 11 日 (月・祝)
- 2.他クラブ例会臨時変更
 - 神奈川 RC
12 月 14 日～1 月 11 日 (月) 休会
 - 川崎高津 RC
12 月 17 日 (木) 年末家族会を通常夜間例会に変更
点鐘 18：00
12 月 24 日～1 月 7 日 (木) 休会
 - 川崎麻生 RC
12 月 18 日 (金) 通常夜間例会を昼例会に変更
点鐘 12：30
 - 川崎高津南 RC
12 月 21 日 (月) 親睦例会を休会に変更
 - 川崎大師 RC
1 月 6 日 (水) 7 日新春 4 クラブ合同例会中止により休会
 - 新川崎 RC
1 月 6 日・13 日 27 日 (水) 休会
2 月 3 日・10 日・17 日 (水) 休会

1 月 20 日 (水) 職場訪問例会を中止し移動例会に変更
※例会自粛を決定、当面月 1 回例会とのこと

3.当クラブ例会案内

- ・12 月 23 日・30 日・1 月 6 日 (水) 休会
- ・1 月 13 日 (水) 点鐘 12：30 新年初例会

例会前 11 時 15 分より、定例理事会を開催します。理事役員の皆様、ご出席をお願いいたします。

ご挨拶

RLI 日本支部 事務局員

高田 修 様 (東京世田谷 RC)

RLI では、貴クラブより川野 PG や大塚 さんに日頃よりご尽力いただいております。ご挨拶といたしまして、私の所属する世田谷 RC の紹介をさせていただきます。NHK の朝のドラマ「エール」のモデルとなった福島の大偉大な作曲家、さらに東京オリンピック・マーチを作られた古関 裕而 さんは、世田谷 RC の 14 代目会長であります。ロータリーソングである「日も風も星も」は、世田谷 RC 創立 10 周年に記念で作られ、それが『ロータリーの友』で話題となり、ロータリーソングとして広まりました。本日はどうぞよろしくをお願いいたします。

次期理事・役員の挨拶

会長 峯岸 雅宏 君

ロータリーについて一所懸命勉強して川崎北 RC の会長として恥ずかしくないよう一年間努めてまいります。

理事 末永 直 君

全力で次年度会長を支えて、頑張ってください。

2022～23 年度会長 横山 芳春 君

ロータリーに入会して 14 年経ち、とうとう来たかと感じております。この一年有効に使い、会長年度に向け学んでまいります。

卓話

佐久間 馨 会員

「固定思考と成長思考」

私は元々機械メーカーのエンジニアとして働いていましたが、難しいと言われるゴルフの研究を始め、ゴルフのコーチングをするようになりました。成功した最大の理由は、メンタル面を扱ったことです。人の思い込みというものは、ときに成長を妨げ、人生を決めてしまうほどの影響力があります。本日話すことに対して異論を持たれる方もいるかも知れませんが、成長したい、または変わりたいと思っている方の参考になればと思います。

私が扱っていたのは「神経言語学 (NLP)」です。NLP とは、1970 年代にリチャード・バンドラーとジョン・グリーンダーが心理学と言語学をもとに体系化した人間のコミュニケーションに関する新しい学問です。



ゴルフは難しい、上手くなるには時間とお金がかかるなどと思われがちですが、教え始めてからあつという間に上手くなる方が5%居ます。その5%の方は、成長思考の持ち主です。「成長思考」とは、才能、能力、性格はどこまででも変えられるという考えかたです。逆に人間の才能、能力、性格は、一生変わることがないという考えかたが「固定思考」です。

ロータリーの会員には創業者が多く、固定思考を持つタイプは少ないかと思いますが、固定思考は、努力しても結果報われないという思いを生み出し、サラリーマンに多くみられます。三日坊主か継続できるか、人の目が気になってしまうか人の目など関係ないか、悲観的か楽観的かなどカウンセリングを行うと様々な思い込みのタイプに分かれます。自分が起こしたアクションに対してすぐ結果が出ない状況に耐えられない面倒くさがり屋の方や、うつ病患者において固定思考の傾向があります。これらの思い込みを少し変えることで、上手くいってなかった人生が大きく変わります。

「成長思考」と「固定思考」は、心理学者キャロル・ドゥエックにより唱えられ、何十年もの時間をかけた調査のうえ、生まれました。一般的に星座や血液型などでも性格判断されますが、単純に大きく分けると成長思考と固定思考に分かれます。私のアカデミーでもゴルフの技術を教える前に、固定思考の場合は成長思考への変換を行います。「確証バイアス」とは、自分の思考に合った情報を都合良く加工することを意味します。つまり固定思考は可能性を拓くこともなく、成長しないということです。もし、ご自身で固定思考を感じるシチュエーションがありましたら、年齢は関係ありませんので、ぜひとも改善を繰り返しながら試してみてください。

アメリカでは、あるときからアフリカ系アメリカ人の学力が上がったそうです。そのきっかけとなった出来事は、バラク・オバマ氏が大統領に当選したことでした。長年差別を受けてきたアフリカ系アメリカ人は知らず知らずのうちに、社会により固定思考にされていましたが、彼らと同じルーツを持つオバマ大統領が国のリーダーとなったことで、彼らの思考にも変化が起きました。

また、「だらしない」と幼い頃に言われた子どもは、ずっと自身をだらしないと認識します。「子どもの頃はよくあることだから、次はこうしていこうね」と言うと子どもはどんどん成長していけるのです。

私が会長だった2018～2019年年度には「成功するまでちがうことをやり続ける！！」と方針を掲げました。私のマインドには、やり続ければ、必ず成功できるという考えが常にあるのです。

ロータリー会員の皆様は様々なネットワークをお持ちかと思えます。その周囲の人々が成長思考か固定思考かを判断できると良いですね。その上で変えるきっかけを作っていただければと思います。

世の中には、よく「難しい」という表現を使う方が多くいます。例えば、ゴルフのホールカップが大きくなると簡単、易しくはなりますが、面白みに欠けます。なかなか入りにくいからこそ、入った瞬間に嬉しさが込み上げるのです。つまり、難しい＝面白いと瞬間的に置き換えられれば良いのです。我々の生活においても様々な逆境に直面することがあるかと思えます。ロータリーの中でもいくつか課題がありますが、それ

らを前向きに解決するために理事会が設けられています。少なくとも川崎北RCでは、否定的な表現をなるべく排除していければと考えます。

私の行っているNLPコーチングで一番成功した例として、2006年に出会った読売ジャイアンツの高橋 尚成 選手があげられます。当時の彼は戦力外通告を受ける目前でした。完全な固定思考の持ち主でしたが、コーチングにより自分は成長できると思い込むことが自信に繋がり、それが新たなチャレンジを生み、最終的にはアメリカでも活躍しました。「～しないと～ない」という否定的な表現を「～すれば～できる」の肯定的表現に変えさせました。怒りなどの感情が入ると上手くいかないため、客観的に唱える必要もあります。怒り（アンガーポイント）の原因は期待値が高いことです。期待値というのは当たり前のことを指します。その当たり前に感謝することで、期待値は下がるのではないのでしょうか。その期待値を下げた結果、怒りの感情を減らし、その分の余ったエナジーで次へ進むことができるのです。このように日常を成長思考で過ごすことは好循環に繋がります。

先日、ある新規会員候補者（再入会）の入会が当クラブの理事会で否決されました。会員増強が必要なこの時期に断ったことは、当クラブ自体が固定思考の傾向にあるように感じます。人の才能、能力、性格はどこまででも変えられる、改善できるものです。この会が成長思考に向かっていけるよう積極的に活動してまいりますので、皆様どうぞよろしくお願いいたします。

ニコニコリポート 末永直 副会場監督

地区副幹事 赤堀和人様（神奈川東RC）

本日は、お世話になります。

RLI日本支部 事務局員 高田修様（東京世田谷RC）

初メークアップでお伺いしました。よろしくお願いいたします。

松山直樹会長、洪征治副会長、谷口一成幹事

本日は佐久間 プログラム委員長の卓話になります。佐久間様、よろしくお願いいたします。楽しみにしております。

武田信平君

フロンターレは先週5日、清水エスパルスと戦いました。前節優勝を決めた安堵感から今一つピリッとしません。先行される試合展開が続き、どうなることかとハラハラしていましたが、後半44分やっと同点弾が入りました。何とか勝点1を積み上げましたが、残り3試合は気持ちを新たに全勝で走って欲しいです。

川野正久君、大塚正一君、帯谷昌充君

赤堀和人様、高田修様、本日はようこそ！

ビール同好会：戸川俊雄君、生垣繁君、宮崎秀樹君、洪征治君、柳澤信夫君

コロナが勢力を増しています。マスク、消毒をしっかりとやりましょう！佐久間さん、楽しい卓話をお願いいたします！

親睦委員会：クルーズ由美子君、相良久征君、色摩和恵君、松田卓也君、松波登君、横山芳春君

佐久間さん、卓話楽しみにしていました。ためになる話、よろしく申し上げます。