



世界に希望を生み出そう

<本年度クラブ会長方針>

繋ごう『クラブの心』、築こう『クラブのさらなる繁栄』を

承認 1985年2月12日 例会日 木曜日 12:30 例会場 名古屋東急ホテル
会長 丹下富博 事務局 名古屋市中区栄4-7-10 栄第8口イナルビル6F
幹事 大上晃延 電話(052)251-0181 FAX (052)251-0337 〒460-0008
URL http://www.nagoya-osu.org E-mail office@nagoya-osu.org

第1903回例会

会員増強・

新クラブ結成推進月間

令和5年8月24日(木)

SPEAK OUT DAY

於 名古屋東急ホテル

会員 62名

出席計算数

54名中 42名出席
出席率 77.78%
前々回出席率 84.21%

例会プログラム

★ハナー交換

★SPEAK OUT DAY

ロータリーソング

「奉仕の理想」

指揮者 鬼頭 茂成
ピアノ伴奏 富板 玲子

ピクチャー

Cascais-Estoril RC (カスカイス・エストリル/ポルトガル)

Candido Azevedo さん (カンティド・アゼベド)

ニコボックス

本日もSPEAK OUT DAY 楽しみにしています。

丹下 富博・大上 晃延
藤田 澈・横井 衛
吉田 憲一・杉本 忠夫
深谷 昭広・鷲津 光悦

慶応高校野球部107年ぶりの全国優勝おめでとう。 吉田 隆彦

今月開業40周年となりました。感謝です。 大原 敏正

誕生月です。奥さんの誕生月です。 林 順治

高校野球「慶応」が勝ちました!! 応援したので嬉しいです。 森 泰広

ローエンگرリンの演奏会無事終わりました。 鬼頭 茂成

山行ご苦労様。 尾上 昇

尾上さん、先日の山行気持ちのいい一日でした。 高木 政義

ヒルウォーキングの皆様ありがとうございました。 木村 吉伸

岡田さん土曜日よろしくお願います。 川合 美幸

子どもへの応援で真っ黒です。 西脇 良輔

初ニコボックス発表よろしくお願います。 堀 曜子

会長挨拶 会長 丹下 富博

皆さん、「プラセボ効果」という言葉をご存知でしょうか。

プラセボとは薬学的に何の効果ももたない偽薬(ぎやく)を意味し乳糖やデンプンなどで作られています。効果が無いのに「プラセボ効果」と呼ばれているのは、なんだか矛盾しているように感じますが、薬を使用する上でこの効果は非常に大きな意味を持っています。

プラセボ効果の必要性とプラセボが身体に与える不思議な影響に

ついでご紹介したいと思います。人の認知能力はとても複雑で、

プラセボと知らずに服用すると、人は「飲んだ」という行為により無意識に効果が出るものと思込みます。そうすると、実際には有効成分は入っていないはずなのに、

身体が反応して効果が発現してしまっていることがあります。これが「プラセボ効果」です。

偽薬であるプラセボは製薬会社が行う「臨床試験」で使用されます。臨床試験は新しい医薬品を開発し、厚生労働省に認可してもらった時に、その効果や安全性などを確認するために実際の患者さんに使用する試験です。

臨床試験では効果や安全性を正確に判断するために、新薬を使用する患者さんとプラセボを使用する患者さんのデータを比較します。臨床試験では5%、20%程度の患者さんにプラセボ効果が確認されることがあります。つまり、本物の薬を使用していないにも関わらず、ある程度の人には効果が発現するということになります。

例えば、有効成分が入っている薬を服用し症状が改善したのが20%であっても、プラセボ効果も同様に20%であれば、その有効成分には効果がないということになるわけです。

また、プラセボによって有害作用が現れることを「ノセボ効果」と呼び、こちらも実際に良く起こ

ることが知られています。つまり、

プラセボ効果は望む効果だけではなく、有害作用という形で現れることがあるということです。「信じるものは救われる」「取り越し苦労」とはよく言ったものです。

本日のスピークアウトでカレライスが出ると思いますが、東急ホテルのシェフによりますと、普段より一段と美味しいできあがりだそうなので是非、食べてみてください。



写真中央: Candido Azevedo さん Cascais-Estoril RC (ポルトガル)

バナー交換(披露)

Candido Azevedo さん (カンティド・アゼベド)

カスカイス・エストリルロータリークラブのバナーは、17世紀に多くの王族が別荘として住んでいたサマーパレスがデザインされているそうです。気候がよく、大西洋に面していて美しいビーチもあ

・Cascais-Estori RC
カスカイス・エストリル RC
／Rー第1960地区
(ポルトガル)



り、今でもリゾート地として人気がある場所です。

アゼベド氏は子どもの頃から独楽(こま)が大好きで、日本の独楽にも魅せられて2か月間日本各地で独楽を見て歩いたようです。

日本への独楽の旅はmy crazy dreamと話していました。名古屋港区にある「日本独楽博物館」を訪れることが最大の楽しみだったそうで、そのスケジュールと例会日がぴったり合ったため、例会に出席されました。

アゼベド氏の誕生日が例会当日8月24日という巧合を知り、メンバー全員でバースデーソングを歌ってお祝いしました。このサプライズをとんでも喜んでくれていい思い出になったと話していました。

(照井 栞)

その他・お知らせ

国際ロータリー・ニュース

2023年7月25日

メンタルヘルスの支援に取り組む分野特化型ロータリークラブ

内科医であるシャードさんは、新型コロナウイルス流行が始まって以来、多くの患者が不安やうつに悩まされているのを目にし、自身も医療従事者として疲弊していました。この新クラブの設立は、彼女にとってまさに絶妙のタイミングでした。現在このクラブの会長を務めているシャードさんは、「クラブでは、自分と同じ関心をもつ人たちと一緒に活動でき、生きがいを感じています」と話します。オンラインで例会を行うこのクラブは世界中から入会者を受け入れており、メンタルヘルス分野の医療従事者や専門家のほか、この問題に強い関心を持っている人が会員となつていきます。

世界中で増え続けている分野特化型クラブの一つ、メンタルヘルス&ウェルネスRCの会員たち。



この「メンタルヘルス&ウェルネス・ロータリークラブ」は、この分野に特化した初のロータリークラブとして、米国のメンタルヘルス認知月間にあたる

昨年5月に設立されました。そのアイデアの発案者は、第5280地区(米国カリフォルニア州)の21-22年度ガバナーであるゲティ・シャヴィッドさんです。このような分野特化型のクラブは世界で増え続けています。

この地区では、シャヴィッドさんがガバナーとなる前年度に、人身売買問題への取り組みに特化したクラブが既に設立されていました。ガバナーに就任したシャヴィッドさんは、自身が力を注いでいた三つの分野(メンタルヘルス&ウェルネス、環境「GBE」に着目し、これらに特化したクラブを立ち上げることにしました。

「これまでロータリーに入会しようとしなかった(会員の)配偶者たちも、この分野での取り組みに参加したいと喜んで入会してくれたことは、嬉しいサプライズでした」とシャヴィッドさん。「若い人たちも入会してくれました。コロナ禍ではメンタルヘルスが大きな問題となり、孤独や寂しさを和らげるためにアルコールや薬物に依存する人も少なくありませんでした。メンタルヘルスに伴う偏見を取り除くことも目標の一つ」とシャヴィッドさんは言います。

メンタルヘルス、特にうつや不安、自殺といった問題に、世界のロータリアンも目を向けています。この新クラブに加え、メンタルヘルス・イニシアチブのロータリー

行動グループがあるほか、グレートブリテンおよびアイルランドの国際ロータリーは非営利団体Rotaractとパートナーシップを結んでいます。

メンタルヘルス&ウェルネス・ロータリークラブは設立からまだ日が浅い一方で、メンタルヘルスを専攻する大学院生に毎年5,000ドルの奨学金を授与するなど、既にイニシアチブを立ち上げています。また、やけどを負った子どもたちを元気づけるためにぬいぐるみやカードが入ったキットを配布したり、ほかのクラブや学校、非営利財団 Alex Montoya Foundationと協力してメンタルヘルスとウェルネスに関する学校生徒への啓発を行ったりしています。(一部抜粋)

文 : Dinah Eng
写真 : Frank Ishman / Rotary International
(国際ロータリーHaの)

9月7日(木) 例会の案内
SPEAK OUT DAY

・入会式

9月14日(木) 例会の案内

新会員講話

「不動産鑑定士の仕事と私の履歴書」那須 明さん

「新たな一歩〜自己紹介と新たな挑戦〜」横尾賢一さん

・敬老のお祝い

名古屋大須RC創立40周年記念企画
「俳句コンテスト」

応募資格

一般の部/愛知・岐阜・三重県にお住いの方(一人2句まで)
小中学生の部/愛知県内在住の小中学生(一人2句まで)

*詳細はHaのホームページへ。
<http://www.nagoya-osu.org>

公共イメージ向上委員会

近藤 明美・小澤 幸男
松本 哲朗・桑山 光俊

*本文は、原則 頂いた原稿を転載しています。