

週報宇佐



RI会長
田中作次



第2720地区ガバナー
岡村泰岳



宇佐ロータリークラブ会長
石部幸二



陵王面



孔雀文馨

- 例会日 木曜日 PM12:30
- 例会場 宇佐市沖須町 1-19
トキハインダストリー長洲店 2F
TEL (0978) 38-1112

会長 石部 幸二
幹事 白 杵 確
編集 川 端 克 弥

6月はロータリー親睦活動月間

本日のプログラム (6月13日)

1. 会長の時間
2. 幹事報告
3. 委員会報告
4. スマイルカード
5. 内部卓話 岩井謙次会員
「ロータリー情報」
6. 出席報告

6月のプログラム予定

- 6日 外部卓話 西 妙子氏 (臨床心理療法師)
「臨床心理カウンセラーの仕事とは」
- 13日 内部卓話 岩井謙次会員「ロータリー情報」
- 20日 内部卓話 磯永喜八郎会員
- 27日 クラブ協議会 (石部年度最終例会)
18:30~ かんぼの郷宇佐

第2256回例会 平成25年 6月 6日 の記録

開会点鐘

- ♪ ソング 君が代、奉仕の理想
- ♪ ゲスト 西 妙子様 (臨床心理療法師)
- ♪ ビジター 桑原重信君 (豊後高田RC)

● 会長の時間

石部幸二会長

皆さんこんにちは。

本日は西 妙子様を卓話にお迎えしています。西様宜しくお願いします。

さて、日曜日にくにさきRCの30周年記念式典に会長、幹事、津々良会員、末宗会員、幡手会員の5名で出席して来ました。くにさきRCは現在会員数が18名であり、資金面、マンパワーの点ではやはり大変だという話を伺いました。式典もそのせい少しゆ

るい感じがし、少々の粗相は許せる雰囲気でした。他のクラブの会員が「今日は刺身がなかったの、あの料理で会費1万円は高いだの、言いたい放題言っていました。」ロータリアンの言うことかなとあーあと言う感じで聞いていましたが。やはり良く考えてみますと、食べ物の恨み程恐ろしいものはなく、我々も50周年のときには気をつけないといけないなと思いました。

USA-OITA

第2720地区 宇佐ロータリークラブ

事務局 〒872-0032 大分県宇佐市江須賀2999-2 (株)ユニックス内
TEL. FAX : 0978-38-2370 <http://www.usa-rotary.com/>

ちなみにくにさきRCは6月中に3名入会が決まっているとのことでした。

我がクラブは今期は1名の入会のみで、目標としていた3名の増強が達成されていません。会長の力のなさを物語っていますが、次年度の会員増強委員会では会員数40名以上の増強を目標にするという、増強委員長の方決意を聞きましたので、藤本年度では大幅な増強が達成されることと大きな期待をしています。

● 幹事報告

臼杵 確幹事

1. 来信

1) ガバナー事務所より「ガバナーノミニー候補者推薦について」; 2015~16年度ガバナーノミニー候補者推薦の提出期限を、6月28日(金)に延長します。

2) ガバナーエレクト事務所より「次年度提出書式(地区資金納入報告書)(出席報告書)」

3) ガバナーエレクト事務所より「赤山ガバナーの写真と挨拶文・略歴」

2. 例会変更

別府RC ; 日時等の詳細は事務局まで

3. 週報受理

なし

4. 理事会報告

1) 6月のプログラムについて承認致しました。

6日 外部卓話 西 妙子氏(臨床心理療法士)
「臨床心理カウンセラーの仕事とは」

13日 内部卓話 岩井謙次会員

20日 内部卓話 磯永喜八郎会員

27日 石部会長年度最終例会 クラブ協議会
「年度の活動報告」

会長・幹事・五大奉仕委員長

18:30~ かんぼの郷宇佐にて

2) 今年度のポリオプラス寄付は、187,000円を送金致します。(カレーライス11回実施分)

5. お知らせ

1) 最終例会の出欠を回覧致します。

2) 「ヤング街頭キャンペーン(薬物乱用防止)」に参加可能な方は、名簿にご記名お願い致します。

6. 欠席連絡

岩井謙次会員、小野田義文会員、斉藤順一会員
園 浩幸会員、西中孝生会員、藤久保茂己会員
藤林鋭司会員、和田久継会員

7. 本日の当番

宮本順二会員、山上明宣会員

● 委員会報告

◎社会奉仕委員会

松永忠昭委員長

6月15日(土) 朝6時30分より、フラワーロード花壇の手入れを行いますので、ご協力よろしくお願致します。

● 今月のお祝い

【配偶者誕生日】

砂山正則会員：配偶者の誕生日とのこと!! 忘れていました。また別にお祝いを買わなければと思っています。ありがとうございました。

松永忠昭会員：妻にいつもお世話になっています。感謝しています。(早退の為写真なし)

【結婚記念日】

佐藤憲三郎会員：結婚34年になると思います。結婚以来34年かみさんの手のひらで踊らされております。

是永潤一会員：結婚記念ありがとうございます。

山井辰夫会員：結婚記念日です。ありがとうございます。



● **スマイルカード** 是永潤一副委員長

桑原重信君（豊後高田RC）：ひさしぶりにメーキャップいたしました。宇佐RCの発展をお祈りいたします。という事でニコニコ。

石部幸二会長：①くにさきRC30周年記念式典では白杵幹事、津々良会員、末宗会員、幡手会員には大変お世話になりました。②次年度増強委員会では出席された皆様に大変お世話になりました。③西様卓話よろしくお祈りいたします。

廣瀬辰彦会員：①宇佐RCゴルフ同好会、藤本さんホールインワン記念コンペで、スポンサー岩井さん提供の優勝賞金をゲットしました。②西妙子さん卓話よろしくお祈りいたします。

藤本博和会員：宇佐ロータリーの皆さんいろいろとありがとうございました。

津々良洋一会員：①本日卓話をお願いしています西妙子様、宇佐ロータリークラブによろこそいらっしやいました。②娘が高校県体水泳平泳ぎ100m、200mで優勝しました。

本庄伸子会員：西さん本日は卓話よろしくお祈りいたします。皆様連日の次年度委員会お疲れさまです。今日もよろしくお祈りいたします。

末宗為十会員：次年度会員増強委員会では、出席の皆さん大変お世話になりました。増強よろしく。西妙子様、卓話よろしくお祈りいたします。

河村正一会員：会議の為早退します。

住本憲彦会員：職業奉仕の為早退させていただきます。

松永忠昭会員：職業奉仕の為早退します。

😊 **ニコニコ累計** 638,000円

● **外部卓話**

「臨床心理カウンセラーの仕事とは」

西 妙子氏

臨床心理療法士/臨床心理カウンセラー
ハートルーム アクション 代表



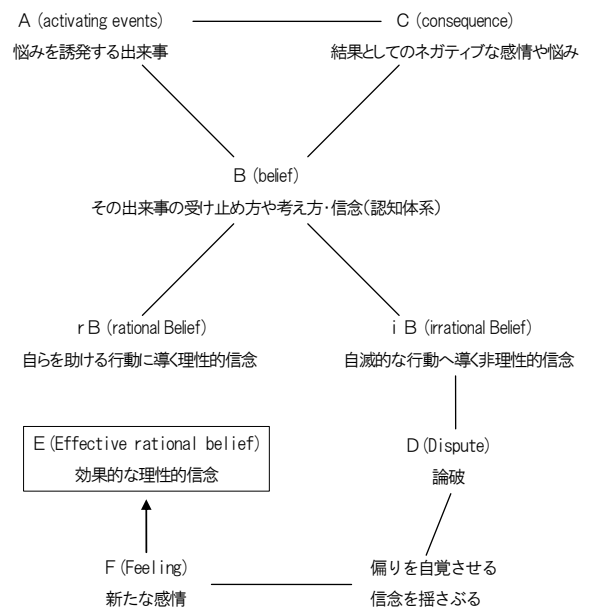
『心理臨床カウンセリング』とは、心理的な問題や悩みを持つ人に対して行う相談活動をさします。心理臨床とは心の働きが円滑にいかなくなり、病的あるいは社会不適応の状態に陥った人に対して、広い意味での心理的知識と技術を用いて行う体系的な専門的援助活動のことです。

特に多く用いる療法として、ブリーフセラピー（短期療法）・認知行動療法・論理療法・ゲシュタルト療法などがあります。心理カウンセラーと心理療法士の両面からクライアントに向き合い、問題の解決を図ります。子供の不登校問題から老齢期に至るまでの様々な問題や悩み、その他カップルカウンセリングや家族療法も行っています。

= **認知行動療法** について =

認知過程に関する理論・・・「刺激と反応は直線的な因果関係ではない」思考パターンはそれぞれである。論理療法・・・積極的・指示的構造を持った心理療法であり、クライアントの現在や未来の問題を議論していくことを目指す教育的スタイルを取る。行動療法・・・問題行動を適応的行動に変容させることを目的として行う諸技法を指す。

ABC理論 (アメリカの臨床心理学者 アルバート・エリスが1955年頃から提唱)



認知行動療法・・・行動療法の理論に認知過程に関する理論を組み入れ、思考・知覚・判断・自分自身に言っていること・暗黙の前提など、情緒や行動の混乱を引き起こしていると考えられる思考パターンを変える（認知的再構築を行う）心理療法と言えます。

[非理性的な信念・認知の歪み・否定的な自動思考]

1. 全てか無か的な思考
「良いか悪いか」「完全か不完全か」といった二者択一的な思考
2. 結論の飛躍
根拠もないのに悲観的結論を出す。
3. 拡大解釈と過少評価
自分の失敗を過大に考え、長所を過少評価する。逆に他人の成功を過大評価し、他人の欠点は見逃す。
4. 感情的推論
「私がこう感じるのだから、それは本当の事だ」というように自分の感情を真実を証明する証拠のように考えてしまう。
5. 過度の一般化
たった一度の出来事を何度も繰り返して起きていることのように感じてしまう。
6. 自己関連づけ
自分に無関係な出来事であっても、それが自分自身に直接関係しているかのように判断してしまう。

論理療法としての考え方



出来事が悩みを作るのではなく、その出来事に対する自分の信念の偏りが悩みを作るのである。



● 出席報告

佐々木正博委員長

第2256回（6月6日）

| | |
|---------|---------------|
| 会 員 総 数 | 34名 |
| （内出席免除） | 0名 |
| 出 席 数 | 27名 |
| （内事前MU） | 2名 |
| 欠 席 数 | 7名 |
| 出 席 率 | 79.41% |

□事前メイクアップ

岩井謙次会員（熊本北RC）

藤林鋭司会員（桜並木草刈り）

□欠席者

小野田義文会員、斉藤順一会員、新開洋一会員

園 浩幸会員、西中考生会員、藤久保茂己会員

和田久継会員



近隣クラブ例会案内

■火曜日

豊後高田 12:30～ ひまわり荘

中津中央 12:30～ グランプラザ中津ホテル

■水曜日

くにさき 12:30～ ベイグランドホテル国東

中 津 12:30～ グランプラザ中津ホテル

宇佐2001 19:00～ リバーサイドホテル宇佐

■木曜日

中津平成 12:30～ グランプラザ中津ホテル

杵 築 12:30～ 焼肉みやべ

■金曜日

宇佐八幡 12:30～ リバーサイドホテル宇佐