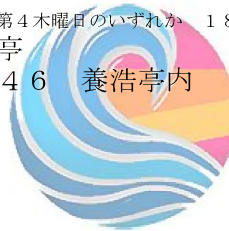


皆野・長瀨ロータリークラブ

週報

- ◇例会日 第1・第2木曜日 12:30~13:30 第3・第4木曜日のいずれか 18:30~19:30
- ◇例会場 長瀨レクリエーションホテル 養浩亭
- ◇事務所 〒369-1305 秩父郡長瀨町長瀨1446 養浩亭内
Tel:0494-66-4134 / Fax:0494-66-4134
e-mail:minanaga@chichibu.ne.jp
- ◇点 鐘 小林 一夫会長
- ◇ソング 奉仕の理想



BE THE INSPIRATION

第1467回例会 平成31年3月28日(木)

会長の時間

小林 一夫

皆さん、こんばんは。桜前線も東京は3分咲きで、長瀨はそろそろでしょうか。今日は女房も出席する予定でしたが、孫が少年野球の開会式という事で西武ドームまで行って、帰って来て高熱が出てしまい、急遽欠席になりました。申し訳ありません。



今日も小林静観さんのお話をさせていただきます。肉体的、精神的に「温かい人」はガンになりにくいらしいという内容です。

実は健康な人の体内にも1日数千個ほどのガン細胞が発生していて、ストレスが引き金となって増えるそうです。そしてガン細胞の増殖を防いでいるのが「NK細胞」ナチュラルキラーです。NK細胞は医療研究者によって「笑った時に活性化される」事が報告されています。という事は、くだらないダジャレでも笑える「あたたかい人」はガン細胞が宿りにくい構造になっていると推測出来ます。50年間、近代医療に携わってきたある医師はこう言います。「どうしたらガンになり、どうしたガンが治るのか。その因果関係は未だに判明しない。けれど、50年間たくさんのお客を診てきて、おぼろげに浮かび上がってきた事が一つある。ガンになりにくい人やガンになっても治ってしまう人は穏やかで、和やかで、温かい雰囲気の中に包まれているようだ」穏やかで温かい雰囲気を作るには、まず自分自身が笑顔になる事です。それも面白い事がない時でも、いつも笑う。何でもいいから、とにかく笑うようにするのです。

【以前から笑う事は体に良い事だと言ってますが、人間は明るく、朗らかにしていた方がいいような気がします。私のようにお金がないなどいつもしかめっ面をしていると体に良くないですね】

どんな時も笑顔絶やさなければ、リラックスしてNK細胞が活性化すると考えられています。またガン細胞は、体温が高いと増殖しにくいという節もあるようです。

【体を冷やさずに温めて、山田さんがショウガを食べるという話をしていましたが、ショウガは体温を上げるという事ですので、山田さん

も健康に気を付けていると思います】

ときおり、私の講演会(小林静観)の最中に一度も笑わない方々がいらっしゃいます。私としては笑ってくれなくてもかまいませんが、笑った方が自分にとって得だという事に気づいた方が良いと思います。笑わない人は、心が冷たいのかもしれない。ジョークやチャレを聞いても笑えない人は、自分に浴びせられる善意を受け入れられずに体を壊して行きやすいでしょう。一方くだらぬダジャレに笑えるのは、その人の心が温かいからです。温かい人がガンやうつ状態になりにくいと考える事が出来ます。

結論として、肉体的に温かく、なおかつ精神的にも温かい方が良い。どうやら私たちの体の中には「温かい人になると、体が壊れにくい」というプログラムが入っているようなのです。

【皆さんもなるべくニコニコ笑って元気に過ごして、ガンなんか吹き飛ばしてしまうように心がけて行ったら良いのではないかと思います】

幹事報告

畝 徳治



児玉ロータリークラブとの合同例会という事で児玉ロータリークラブさんから声を掛けて頂きました。大勢で参加したいと思います。乗り合わせ等については来週の例会で決めたいと思います。

次に先日開催されましたみなみの美の山さくらマラソン実行委員会より協賛並びに協力のお礼がきております。

ニコニコボックス

♪寄居町の3,000坪の開発、また本庄市の8,400坪の許可が下りました。本社は岐阜県と愛媛県の工場です。今、ホットしているところです。

山田 利明

合計 2,000 円

出席率 100%



山田 利明会員



宮前 英雄会員

