



# HIGASHI OSAKA MIDORI R.C

CLUB WEEKLY

国際ロータリー第2660地区  
東大阪みどりロータリークラブ

|       |       |            |
|-------|-------|------------|
| 創     | 立     | 1998年9月24日 |
| 会     | 長     | 井上 善博      |
| 幹     | 事     | 山村 忠弘      |
| 会報委員長 | 阪田 克英 |            |

2025-6-05 (第1106回)

## 今週のプログラム

《6月05日(木) 例会 KKRホテル5階「瑞宝」》

◎ 卓 話 「カジノ列島ニッポン」

阪田克英君

♪本日の歌 「君が代」「四つのテスト」

## 次回の予定

《6月12(木) 例会 シェラトン都ホテル大阪「四川」》

◎ 会長幹事慰労会

## 前回の出席率

《5月22日(木) 例会》

会員数16名(内 適用出席免除者数3名)

本日の出席者数8名(内 出席した適用出席免除者数0名)

本日の出席率 61.5%

《4月10日(木) 例会》

会員数16名(内 適用出席免除者数3名)

例会出席者数5名(内 出席した適用出席免除者数0名)

メイクアップ0名 例会修正出席率 38.5%

## 幹事報告

幹事 山村忠弘君

◎本日は、米山奨学生の許 喬仔さんが出席されています。

◎本日例会後、定例理事会を行います。

◎次週(6/12)は、会長幹事慰労会となっています。  
場所は、シェラトン都ホテル大阪「四川」です。  
時間は、18時からです。お間違いのないようにお願い致します。

◎6月19日、26日は公休日となっています。

◎6/7(土)、EXPO フェスタへ会長幹事で参加してまいります。

◎5月30日・31日のフードドライブへ参加言頂いた皆様ご苦労様でした。

## 会長の時間(5/22)

会長 井上善博君

本日は大変暑い一日となりました。大阪は30度越えだそうです。例会の服装について、5月から10月までクールビズ対応となっております。

本日は米山奨学生のきょうちゃんさんが来る日となっております。次週は公休日となっております、今年度も残り一ヵ月となります。例会は6月5日のみで、12日(木)はシェラトン都ホテルの「四川」で慰労会となっております。僕と山村君は18日から国際大会に参加のため19日と26日は公休日とさせていただきます。

地区よりミャンマー大地震の義援金の依頼があり、ニコニコより3万円送金を行う予定です。例会後、プチ理事会を行いますので、ここで承認を得て送金致します。このプチ理事会では5/30(金)、31日(土)のフードドライブについて追加支援などについて話し合います。現在子供食堂へ7カ所配布しております。是非ご参加頂ける方はお越し下さい。

例会場：KKRホテル大阪 Tel：06-6941-1122

例会日時：毎週木曜日 午後6時30分

事務所：〒631-0001 奈良市北登美ヶ丘3-11-30

Tel：0742-55-4869 Fax：0742-51-1067 E-mail midorirc1126@gmail.com



## 卓 話 抄 録 (5/22)

### 「癖」

政岡政広君

皆さん癖について深く考えたことはありますか？

癖とは興味深いもので、心理状態が分ったり性格が分ったり、色々なことを見つけ出すことができます。

「癖」についての知識を深めてみてください。

◎癖とは何か？

「なくて七癖」という言葉があるように、誰にでもいくつかは癖があるものです。辞書を調べてみると、広辞苑では、「かたよった嗜好または習慣、いつもそうであること。ならい、ならわし。欠点、非難すべきこと」。明鏡国語辞典では「無意識のうちに身につけてしまった言行。また、習慣となっている行動。普通ではない、そのものに特有の偏った性質や傾向」とあります。ほとんどの癖は、自分にとっては悪影響のあるものではありません。しかし、他人にとって不快に感じる事が多いので、非難することというような表現が使われます。ただ、癖と依存症や習慣とは違うものですから注意が必要です。

・癖に良く似た依存症・習慣

依存症と癖とは何が違うのか。あえて違いをつけるのなら、「なおす」という漢字に現れます。癖は直す。依存症は治すです。すなわち、癖は自分で直そうとすれば直るものですが、依存症は専門家の治療が必要なものです。依存症は治さないと、社会的に大変なことになるったり、健康を害することにつながるものです。薬物依存症、ネット依存症などがそうです。その点、癖は直さなくても大きな問題になることはありません。ただ、癖によっては病院に行った方がいいものもあるので注意が必要です。

習慣と癖の境界線は曖昧といえます。習慣は良しとされることをくり返し行動することで身についた行動のことを言うのに対して、癖は無意識のうちに身についた良し悪しを問わない行動といえます。約束の時間を守るのは癖とは言わず習慣と言いますが、遅刻は習慣とは言わず癖というのが分かりやすいでしょう。

・癖が生まれる（真似る）

まず、癖はどのようにして生まれるのでしょうか。まず、なりたい人の行動を無意識のうちに真似をして、癖になるということがあります。

親とそっくりの癖を持つ子どもが少なくないのも、この理由が該当します。

その人のようになりたい、仲良くなりたいという気持ちが芽生えた時に、親和欲求の強い人ほど癖まで自己に取り込んでしまうのです。

・癖が生まれる（ストレス）

癖はストレスを回避するための自己防衛になっていることがあります。癖の生まれる最も多い理由といえるのかもしれませんが。楽しくてしかたのない時に貧乏ゆすりをするでしょう。

ストレスを受けた時に、ストレスから逃れて安心感を得るために癖があるといえます。

具体的には、人が強いストレスを感じている時に、誰かに触れていたいと思うものです。しかし、いつでもその環境があるわけではありません。そこで、自分で自分を触ったりする代償行為が生まれるのです。髪を触る、爪を噛むなどもその一種です。人は自分を触ることで、自己を確認し不安を取り除くという心理が働くのです。

・癖が生まれる（毎日の繰り返し）

癖は繰り返しによって生まれてしまいましたが、仕事も毎日行っているので職業ごとに生まれやすい癖が出てきます。同じ職場にいて同じ癖を持っている人が多いのであまり気になりませんが、人ごみの中にいるとその癖が見えてくることがあるのでしょうか。お尻辺りで手を組み立つ癖があるのは教師であったり、社長は堂々とした態度が求められますが、社長という肩書きが必要ない場所でも堂々としてしまう。新聞などもどこから読むのかで職業が見えてきたりしています。すなわち、その職業らしくあろうとする行動の繰り返しが、癖を生み出すのです。職業ごとで生まれてしまう癖は「職業病」といっても過言ではないのかもしれません。

・癖が生まれる（快感）

人は、気持ちのいいと思うことはついやってしまう生き物なのでその行動を繰り返し行うことで癖になってしまうこともあります。枝毛を抜いて枝毛の無いまっすぐな髪の状態に快感を覚えたり、高度なペン回しに快感を覚えたりします。快感なことは繰り返し行うようになり、そして癖になっていく。本人は快感であっても、癖というのは他人に不快な思いをさせるものだと忘れてはなりません。



## ・癖が生まれる（代償行為）

代償行為とは満たされない欲求を別の行為で補おうとする行為です。例えば、乳離れによって授乳を受けられなくなった子どもは、指しゃぶりで安心感を得ようとする行為です。これは大人でも該当する行動はあり、イライラした時に机をコンコンとしてしまったり、ストレスから衝動買いをしたりといろいろな行動が見られます。ただし、この行為はあくまで代償であるので、癖を解消しようとするのであれば、その本質的な原因と向き合わなければなりません。

## ・癖が与える影響

癖というのは、世の中に自分ひとりなら何ら問題のない癖が多い。むしろ、心のバランスを整えるという意味ではメリットも大きいと言える。しかし、癖によっては人の気持ちを害するところを考えなくてはならない。そして、その癖によって能力以下の評価に繋がっていることも少なくは無い。例えば、職場でクチャクチャ音を立てて食べる姿を何日も見なければいけないのは、気になる人にとっては苦痛を通り超えて拷問と同じである。その癖だけできつと、「だらしない人」と評価されてしまうだろう。しかし、癖のある人

無意識に行っている所以で悪気は無い。

癖は本人にとって不都合なことが無いので、あまり社会で大きな問題になることは無い。

しかし、あなたの周りでは、あなたの癖を不快に思っている人がいるかもしれない。このサイトでは、癖について学習をし、癖と正しく付き合い、少しでも良い方向へ変わるきっかけになってほしい。

## ニコニコ箱の報告

例会担当委員会

(5/22) 合計 17,000 円 今年度累計 409,500 円



## 本日のお祝い

会員交流委員会

◎会員のお誕生日

6月18日 表 孝典君

6月26日 村上靖平君

◎奥様のお誕生日

6月28日 松本博美様

## フードドライブ

5月30日(金)、31日(土)に「ゆうホール」をお借りして、フードドライブを行いました。

2班に分かれて買い出しをして仕分けを行いました。翌日も2班に分かれて配達を行いました。それぞれの子供食堂のやり方は様々ですが、色々と工夫をされながらスタッフと皆さんのバイタリティにはいつも感銘を受けます。

レトルトのご飯の購入の募集に応じて頂き大変感謝致します。

配達先：

- ①親子スマイルDAY ②南大門子供食堂 ③子供食堂 かのう ④Hiro Mana 子供食堂  
⑤つながる食堂 ⑥子供食堂いっぺこっぺ ⑦ひょうたんこどもひろば



# Unite!Overcome!&Enjoy!

2024-25年度 東大阪みどりRCテーマ



# ロータリーのマジック

2024-25年度 国際ロータリーテーマ



**Unite!Overcome!&Enjoy!**

2024-25年度 東大阪みどりRCテーマ



**ロータリーのマジック**

2024-25年度 国際ロータリーテーマ