

No. 2968

2020-2021年度

会 長 橋爪 誠治
幹 事 井上 修平
R広報委員長 菅原 佳典



島 海碩 書

第2640地区

例会日 毎週木曜日 12:30
例会場 紀州有田商工会議所6F
事務所 〒649-0304
有田市箕島33-1
紀州有田商工会議所2F
有田ロータリークラブ
Tel (0737) 82-3128
Fax (0737) 82-1020
創 立 昭和34年6月15日
ホームページ <http://www.aridarc.jp>
e-mail office@aridarc.jp

～ 四つのテスト 言行はこれに照らしてから ～

1. 真実かどうか 2. みんなに公平か 3. 好意と友情を深めるか 4. みんなのためになるかどうか



2020-2021年度クラブ方針

自制心と結束力を繋ぐ理解のハーモニー
「学ぶLearning・感じFeeling・動くMoving」



本日のプログラム

令和3年4月8日 第2969回

- ・外部卓話：伊原 彰紀氏（和歌山大学講師）
「データサイエンスのはじめの一步」
- ・ソング：「それでこそロータリー」

前回の報告（第2968回例会）

開催日 令和3年4月1日(木)

点 鐘 [橋爪(誠)君]

今月の誕生・結婚祝 [橋爪(誠)会長]

会員誕生：辻君(4/9)、児嶋君(4/16)、嶋田君(4/16)、
橋爪(誠)君(4/19)、脇村君(4/28)

配偶者誕生：木本真理さん(4/23)

結婚記念：脇村君(4/5)、丸山君(4/10)、應地君(4/20)



橋爪(誠)会長より
脇村君に結婚記念お
祝いのお花が贈呈さ
れました。

ニコニコ箱の報告 [上野山(栄)SAA]

橋爪(誠)君：脇村会員、本日の卓話楽しみにしていました。勉強させていただきます。3/28地区大会、井上幹事と参加してきました。

井上君：脇村さん、本日の卓話よろしくお願いします。

脇村君：今日は会員卓話をさせていただきます。よろしくお願いします。

岩本君：脇村さん、本日はご苦労様です。本日は1日で20キロ上へおさげに行きますので、中座させていただきます。

出席報告

本日の会員数28名
(出席規定免除会員9名)

次回のお知らせ

令和3年4月22日 第2970回

- ・新入会員卓話：辻 恭治 君
「未定」
- ・ソング：「四つのテスト」

出席会員数23名
(出席規定免除会員8名)

会長の時間 [橋爪(誠)会長]

「スマホ脳」

会員の皆様は、スマートフォンの画面に、一日何時間ほど向き合いますか？

ある本屋に立ち寄った際、売れ筋ランキング本を紹介するコーナーがあり、アンデシュ・ハンセン著書の「スマホ脳」という本に目が止まりました。

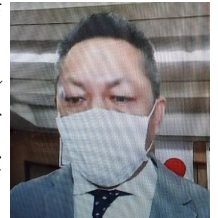
この著者は、1974年生まれ、スウェーデン・ストックホルム出身で、前作の「一流の頭脳」が世界的ベストセラーとなり、世界的人気を得た精神科医です。

2018年5月ニューヨークにて、世界最高レベルの脳科学者たちが、最新の研究結果を発表するアメリカ精神医学学会(APA)が開催の学会が開かれました。その学会の講演以外で興味深いのが、精神科医や研究者が今どんなことに興味をもっているのか？という事です。

「デジタル化が進む今、人間の脳にどのような影響を与えているのか」というトピックスが問題定義されています。勿論誰も明確な答えは持っていませんが、ある1点で合意していたのは、この10年の人間の行動変容、つまりコミュニケーションや互いを比べあう手段の変化は、あまりに大きな変化ゆえ、想像以上に深刻な影響をもたらすかもしれないということです。

著者は、「人間の脳はデジタル社会に適応していない」と言っています。

日常の生活で自然に発生するストレスは、人間にとって適度な緊張感となる。しかし、スマホからの情報やメッセージなどの大量の刺激が、過度の長時間の緊張状態を招き、ストレスホルモンの量が増え、精神状態の悪化など、私たちの心に影響を及ぼしているという事でした。



ロータリーの例会も、個人的には、インターネット例会方式は、対面での例会より物寂しく感じています。お互いの感情の温度を感じられる対面は、やはり感情の面での距離感の縮まりを実感しやすいのかなと思いました。

人間の感情が湧くことで、身体と脳に連鎖反応が起こり、それが各器官の動きに影響しあい、また思考のプロセスにも影響しているようです。

また、スマホの使用に制限を設けた生徒と、自由にスマホを使用した生徒との間で、記憶力の低下や集中力の低下が顕著に表れているようです。SNSにも言及していて、ドーパミンを原動力にして、永遠に続くループでできると言っています。

心の病の増加傾向があること、スマホ依存の話題にも触れていました。

著者のスマートフォンとの向き合い方として、
スマートフォンの画面をみる時間を制限する(2時間)
スマートフォンを寝室に持ち込まない
心拍数を上げる適度な運動を心掛けるようにとアドバイスしてくれています。

この本を読んで、テクノロジーの便利さだけを追求するのではなく、心と体と脳のバランスを保ちながらデジタルを活用する大切さに気づかされました。

幹事報告 [井上幹事]

1. 今月のロータリーレートは110円です
2. 2021～2022年度地区大会
開催日: 2022年3月26日、27日
場 所: ホテルアゴーラリージェン
シー大阪堺(26日)
フェニーチェ堺(27日)
3. 2640地区 ゴルフ大会
開催日: 2022年3月9日
場 所: 大阪ゴルフクラブ
4. 例会終了後定例理事会



委員会報告

※会長エレクト(松村君)

次週4/8例会終了後、第2回次年度理事会を開催します。役員・理事の方はご出席よろしくお願いします。

卓 話



会員
協村 重徳 君

「地域の存立基盤を揺るがす人口減少」

日本の人口は、2008年の1億2,808万人をピークに減少し始め、2015年には1億2,709万人とピークから約100万人減少した。その速さは世界に例を見ず、同時に高齢化も進んでいる。こうした人口急減・超高齢化は日本の将来にマイナス影響を及ぼすことになるが、人口問題

は国や地方自治体だけでなく、家族、地域、学校、企業などがどう考え、どう選択し、どう行動するかによってくる。

本市の人口は、1980年の35,683人をピークに減少に転じ、2015年の国勢調査結果ではピーク時から7,213人(年約200人)減の28,470人となった、その後、毎年500人超の減少を続け2019年10月には26,434人となった。そんな中、2014年に制定された「まち・ひと・しごと創生法」を受けて、人口の現状と将来展望を提示する「有田市人口ビジョン」、及び今後5ヶ年の施策の方向を示す「有田市まち・ひと・しごと創生総合戦略」をそれぞれ策定し、政策を推進してきた。

しかしながら、本市が独自推計した「出生率」には確かな根拠がなく、「社人研」が示した「出生率」とは大きく乖離している。その結果、本市の人口が2万人を割るのが「社人研」推定では2035年となるのに対して、本市推定ではその20年先の2055年と算出され、極めて楽観的な推測と言わざるを得ない。

一方で、本市の将来人口を県内9市や近隣の町と比べてみても劣勢が目立つ。まず本市の人口は、その減少速度が速いことから2040年には現在の8位から最下位に転落し、また20～39歳の若年女性人口が5割以下に減少する速度も速く、新宮市に次いで県内第2位の「消滅可能性都市」にランクインされる。さらに、本市は2025年には隣の有田川町に逆転される。こうした急激な人口減は、地域の経済・産業活動の縮小をもたらすことに繋がるが、特に一定の人口規模の上に成り立っている病院や介護施設などのサービス業はその立地そのものが厳しくなり、街の衰退に拍車がかかることになる。

このように人口減少は、地域経済の活力を奪い、中心市街地や中小企業、更には商業、農林漁業の衰退を招くとともに、若者が流出し高齢者が増加するといった負のスパイラルに陥ることになる。ところが人口減少は一時的な現象ではない。劇的に出生率が回復しても、容易には出生数は増加せず、人口減少が止まるまで半世紀以上を要することは確実である。今後の地方自治体が取り組むべき最大の行政テーマは、まさしく「人口減少への挑戦」なのである。経済的支援制度を設けるとともに、ライフステージに応じた少子化対策を強力に展開する必要がある。

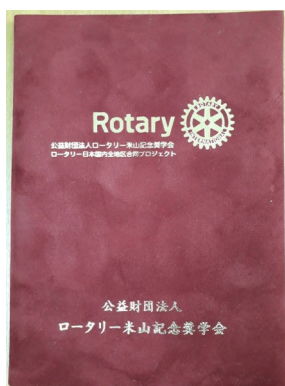
「人口が減っても地域は簡単にはなくなる。だが“小ネタ”が尽きると、あっと言う間に地域は衰退する」。東大社会科学研究所「危機対応学」でプロジェクトを推進した研究員はこんな「仮説」を得たという。地域には突発的、段階的、慢性的など複層的の危機が存在する。必要なのは一発勝負の大改革ではなく、日々の生活に潜む、無理のない、でもちょっと楽しい、そんな手掛かりの集積だと。

閉会・点鐘

[橘爪(誠)会長]

2020-2021年度 地区大会

2021年3月28日（日） 於：南海浪切ホール



ロータリー米山記念奨学会より
感謝状をいただきました。

有田ロータリークラブ
4千万円達成クラブ



国際ロータリーポリオ根絶大使の
ジュディ・オング氏による記念講演