



世界に希望を生み出そう

2023~2024  
RIテーマ

## 世界に希望を生み出そう

本年度クラブテーマ

## 和顔愛語(わがんあいご)

創立: 1991年7月13日

会長/辻 匡人

幹事/土田 鐘子

会報広報委員長/白沢 啓

■例会日/毎週金曜日 12時30分

■例会場/ホテルメトロポリタン秋田

■事務局/秋田市中通7丁目2番1号 ホテルメトロポリタン秋田内

第1461回<今年度第17回>例会 2023年12月15日(金)

### 【会長の時間】

会長 辻 匡人



今日は、SAAの時間ということで、白畑委員長よりご紹介戴きました(株)プレステージインターナショナル・アランマーレ事業部の松橋健副部長からバスケットボール女子チーム「アランマーレ秋田」についてのお話を伺いました。プロキャリアリーグ参入3年大変素晴らしい活躍で、ファンやサポーターの声援に応えるように成績も実力も東北屈指の強豪に成長していく事と思います。お陰様で秋田県民の元気が出る力水として、また経済波及効果も見込まれることとでしょう。

今後ますます「アランマーレ秋田」の活躍を期待申上げる次第です。

本日は、ご多忙のところ、ご講演戴き誠にありがとうございました!

さて、コロナ禍も落ち着き巷は忘年会シーズン真ただ中です。

忘年会とは、読んで字のごとく、今年あった苦労は年内に忘れ、新年を清々しい気持ちで迎えるために行われる宴会です。宗教的な由来は特に存在しません。現代の人々には、すっかり浸透した行事となっていますが、そもそも何時頃から行われる様になったのか、ご存じでしょうか?

時は鎌倉時代迄、さかのぼります。年末に『年忘れ』と呼ばれる会が行われたらしく、どうやらそれが起源と言われています。

しかしこの会は、今の忘年会の趣旨とは異なり、貴族や武士等が連歌を読み合い、優雅に年末を過ごす厳かな会だったようです。

やがて江戸時代になり、忘年会は『庶民がその年の慰労に杯を交わし、お祭り騒ぎをする』という風習へ変化していったようです。

一方、武士階級は年末の忘年会を行わず、年始に『新年会』を開き、階級の差を示していたとも言われています。忘年会が年末の恒例行事として本格的に広がり始めたのは、明治時代以降です。当時は主に官僚や学生を中心に行われていたようです。官僚は冬のボーナスが出たついでに、みんなでパーッと飲もうという流れから、学生は年初めに帰郷する者が多いので、みんなで集まれる年末に宴会をしようという理由から始まり、忘年会が定着していったようです。

又、「忘年会」という言葉が文学作品で登場したのは、明治後期に夏目漱石が書いた「我輩は猫である」です。この作品の文中では特に注釈もなく「忘年会」というワードが使用されていることから、この頃、既に忘年会が定着していたことがわかります。

昭和時代になると、企業で忘年会が開催されることが多くなりました。戦後に人気だったのが、温泉地で行う忘年会旅行、ホテル宴会やお座敷宴会など大規模なものだった様です。それまで男性が中心だった忘年会ですが、70年代半ば頃からは、女性の社会進出が増え、女性が積極的に忘年会に参加するようになり、現在の忘年会のスタイルが確立されていきました。

ご存知でしょうか! 忘年会での無礼講の意味を?

忘年会でよく聞く「今日は無礼講でいこう!」…この言葉の本当の意味を理解できていますか?

忘年会は、上司や仲間とお酒を酌み交わしながら一年を振り返る貴重な機会です。折角の機会なのにちょっとした振る舞いや態度で、わだかまりを残すことは避けたいものです。

無礼講には最低限のマナーがあります。

先ず、無礼講は何時から存在したのかと云うと、鎌倉時代に後醍醐天皇が宴会の際、席の指定をなくし、身分や立場の違いを超えて自由にお酌をすることを許すと提案したことがルーツだそうです。

つまり「無礼講」の元々の意味は、「本来座席を立てはならない参加者が席を立ち、酌をすること」現代の会社の宴会や接待において、席を立ち挨拶代わりにお酒を注いで回る光景はよく目にしますが、それこそが本来の無礼講の意味なのです。

よく考えると、断りもなく上の座席ににじり寄ることは、まさに無礼そのものです。だから「無礼講」と呼ばれる訳です。

つまり「今日は無礼講でいこう」と言われたからと言って、それは「どんな無礼も許される」訳ではないので注意してください。間違っても上司にため口を使う、会社の愚痴を言うなんてことが無い様に。

今年も残すところあと少しとなりました。すっきりとした気持ちで新年を迎える為にも、ぜひ素敵な忘年会をお過ごし下さい。

以上、これにて会長の時間を終えます。

ご傾聴ありがとうございました。

## 【フリースタイルタイム】

ゲストスピーチ：特別養護老人ホーム 広洋苑  
看護師 渡辺 洋子 様

テーマ：「認知症予防と地域貢献」

\*テーマの詳細はHPよりご覧いただけます。



### 認知症の動向

日本の総人口は2012年の1億2,752万人から、2025年には1億2,066万人に減少することが予測されています。そんな中、**認知症を患うとされている人数が2025年に700万人を超える見込み**です。これは**100人中6人が認知症患者になる**計算になります。

- このような背景の中で、国立長寿医療研究センターでは、これまで自治体等との連携の下で研究を進めてきました。
- MC I**（認知症ではないが正常とも言えない状態）の段階で、運動と認知トレーニングを組み合わせた「コグニサイズ」の実施が、認知機能の低下を抑制することを明らかにしました。

### コグニサイズとは？

コグニサイズとは国立長寿医療研究センターが開発した、運動と認知課題を組み合わせた、認知症予防を目的とした取り組みの総称を表した造語です。

英語の cognition (認知) と exercise (運動) を組み合わせてcognicise (コグニサイズ) と言います。

(指導担当はコグニサイズ実践者研修修了者です。 実践者第A202200100号)



## 【幹事報告】

### お知らせ

\* 中区IM開催事前案内

日時 2024年2月23日 (金・祝) 15:00~  
会場 ホテルアイリス

\* 新会員公示

氏名 近藤 康洋  
会社名 株式会社メルデジタル  
役職 代表取締役  
推薦者 神田 徳行

## ニコニコNEWS

### 辻 匡人 会長

- ・久々にゲストスピーカーとしてお会いできました。渡辺様(同級生)にニコニコします。
- ・昨日、年末調整を終えましてニコニコします。(2口)

## 【出席報告】

例会日	会員数	出席数	欠席数	出席率	メイクアップ
12月15日	38名	25名	13名	65.79%	7名
12月8日	38名	25名	13名	65.79%	0名
12月1日	38名	29名	9名	76.32%	0名