



NEWSLETTER

Council No.2 Japan Region

カウンスル No.2 第36期 テーマ

悠々として前へ

— Taking Time, Go Forward —

I T C Leading the way ...
先頭を切って

日本リージョン 見上げて 共に進もう
Upwards and Onwards Together

Vol.35

1

October 2016



悠々として前へ

“Taking Time, Go Forward”

カウンスルNo.2 会長 井上 明子

カウンスル第36期がスタートしました。

各クラブ9月例会も充実した内容で開催されたことと思います。

カウンスルもテーマ「悠々として前へ」の如く、今のカウンスルNo.2の立ち位置、そして、どのように前進するかを考え、コミュニケーション技術・能力をより向上させ、

相互理解を深め、魅力ある有意義な会合プログラムを企画し

私たちの活動をより広く発信しようと頑張っています。

伝統あるカウンスルNo.2の会員の皆様の思考力・行動力・情熱を力に前進しましょう！

共に感動し 共に苦勞し 共に励ましあい 共に喜べる ITC

第一副会長 立花 眞琴 (神戸)

カウンスルNo.2は伝統と格式を重んじるカウンスルです。その誇りを持って活動していきます。世界は今、かつて経験したことがないほど、めまぐるしく変化しています。

ITCが国際組織である事を認識し、歴史、文化、国際情勢を学び、それらをプログラムに取り入れていきたいと思っています。

第二副会長 中村 記子 (六甲)

年々減少する会員数に対処し、より多くの人たちにITCについて理解と認識を促します。

ITCとは「どんな機関なのか？どのように機能を果たすのか？会員の受ける恩恵は？」などを紹介し、一人でも多くの新会員獲得の協力をします。

書記 梶木 博子 (御影)

カウンスルNo.2の役員として責任を真摯に受け止め井上会長のもと書記として、正確で且つ簡潔な議事録作成に努めます。又役員年次報告書やその他書記の役務を把握し、会長・役員と連携し任務を遂行していきます。

会計 朝田 美恵子 (阪神)

会員の皆様からのお預かりした会費を予算に即して、適正かつ有効に使われますように努力し、また、すべての収支を正確に記載しカウンスルNo.2の会計としての仕事を全うし、役員と各委員長の皆様と共に、よりよく運営できることに励みます。

議会法規役員 但野 眞理子 (阪神)

議会法規！何と堅苦しい言葉なのでしょう。

でもビジネスは面白い！

審議を大切にし、不明なことに出くわしたら先ずは自分で考え、判らなければ尋ねる。誤魔化したりしないで誠実に取り組むことが求められます。



常任委員会委員長の抱負

資格認証 赤松奈緒子（宝塚）

世界大会の名札には名前の後にどこまでの資格を取得しているかをアルファベットで表記されます。今期は「APノート」が改訂されています。クラブでの資格認証委員長と相談の上、積極的に申請して下さい。

会計・監査 善塔貴美子（阪神）

会計監査は、期末の大事な仕事です。酢谷委員ともども帳簿、領収書等をチェックし、監査にあたらせていただきます。

予算・財務 西田加代子（三田）

収入の部は会員数の年会費と前期繰越金を計上しています。しかし会員数が大幅に減少し、緊迫財政です。支出は過去3年間の決算、予算書を参考に、今期会長、各委員会の方針や意向に基づき予算編成をいたしました。会員皆様の創意工夫でよりよく効果的に活用されますことをお願いします。

会則・決議 伊賀 陽子（六甲）

「カウンスルNo.2会則及び常規」は前期11.2.7が自動修正され、最新のものがカウンスルNo.2のウェブサイトへアップされています。会則は組織の根本ですから、再度読み返してみませんか。

PREM 中村 記子（六甲）

カウンスルで広報を主体とした会合を開催し、広く一般に呼びかけ、各クラブでリーフレット等を作成し、機会を見つけて配布し広報活動につなげていきたいと願っています。

議事録承認 加島さとし（イースト神戸）

カウンスル会合の議事が議事録にしっかり記載されているかを確認して承認する役割なので、カウンスル会合の議事をしっかり把握したいと思っています。書記や役員の皆様のご協力あつての事ですのでよろしくお願いします。

プログラム・教育 立花 眞琴（神戸）

ITCは人材の宝庫であり、学びの宝庫です。会合では個性豊かな有能な会員が、その能力を十分に発揮できる舞台を作りたいと思います。プログラム・教育は、楽しみながら学び向上できる魅力あるプログラムを目指します。

スピーチコンテスト 角田 宣子（御影）

ITCの最も重要なプログラムであるスピーチコンテストを「スピーチコンテストの規則と任務」に基づき第36期会長と役員会の方針を受けて進めていきます。心に残るスピーチを楽しみにしております。

ウェブサイト 南野 利江（御影）

第一に、ウェブサイトの更新をしてまいります。カウンスルからのお知らせと共に、クラブ間の情報交流の場にしていただくためにクラブ例会案内と共に例会報告をA4に纏めて送って頂けます様お願いいたします。第二に、去年に続き、主にクラブHP作成のお手伝いをしていきたいと思っております。

リージョン資料部 岡村 洋子（阪神）

今期より事務局での資料・物品の直接受付はいたしません。各クラブ会計からカウンスル資料部員に注文をし、資料部員から事務局に申し込みます。申し込んだ資料・物品のみをカウンスル会合で受け渡します。ご協力をお願いします。

クラブ例会前期プログラム予定表

阪神クラブ

コミュニケーションで調和・前進を!

会員数：18名

会長

旭 榮



*会員間の調和を土台とし、会員にメリハリのきいた教育とプログラムへの参加を促し、会員の意識の向上を図り、クラブの明日への前進を目的とする。
(会長テーマを基本に全員参加の楽しい活発な例会を目指す)

月 日	プログラム
9月2日	第4次産業革命と私たちの生活
10月7日	スーパーコンピューター「京」の見学と講演 (会員のみ)
11月4日	作家デビュー
12月2日	クリスマス例会 エレベータートーク (会員のみ)
1月6日	夢

芦屋市大原町12-2 (ラポルテ北館東隣) 池田泉州銀行芦屋支店 2階 第1金曜日 13:30~15:45

神戸クラブ

Go Where Your Heart Leads

会員数：9名

会長

大谷 差智子



*今期45周年に当たり、ITCの歴史と並行してクラブの歩みを振り返るプログラムです。各メンバーの思いを尊重しつつ、全員気力に満ちてスタートです!
(メンバーそれぞれの気持ちを尊重して素直に進めていく)

月 日	プログラム
9月10日	Your Confidence
10月8日	Birth of ITC
11月12日	ITC History
12月3日	The 45th Celebration (クローズ)
1月14日	ITC of 1980's

兵庫国際交流会館 (JR灘) 第2土曜日 13:30~15:30

イースト神戸クラブ

Be bright, Be joyful. Be earnest -明るく楽しく真剣に-

会員数：10名

会長

河合 康子



*イースト神戸クラブは創設して40周年を迎える今年、今まで以上に明るく楽しく且つ前向きに真剣に活動したい。
(基本に戻る)

月 日	プログラム
9月15日	40周年記念行事準備会議
10月20日	40周年記念行事準備会議 ☆10月28日 40周年記念行事コンサート
☆11月17日	テーブルトピックスコンテスト
12月15日	Xマスの物語を読む、今日の思い、テーブルトピック
1月19日	ディベート、今日の思い、テーブルトピック

神戸市東灘区民センター 第3木曜日 10:30~12:30

甲南クラブ

WA になって語ろう

会員数：16名

会長

後藤 蓉子



*会員の旺盛な好奇心を満足させ、尚且つ有意義で楽しい毎例会でありたいと望んでいます。ITCの基礎はまずクラブのWAから始まります。
(ゴールはHappy)

月 日	プログラム
9月29日	(第5木曜日) ブックレポート
10月27日	I T C 月
11月24日	スピーチコンテスト
☆12月15日	(第3木曜日) ワークショップ 「コメント力を高めませんか」
1月24日	包 む

芦屋市民センター 第4木曜日 10:00~12:00

六甲クラブ

学ぶ心をいつまでも ー向上心は宝物ー

会員数：12名

会長
袖本 加代子



*「どうすれば相手の心に届くか？」伝える工夫を試行錯誤することで伝える力の向上に繋がりたい。ツールは新美南吉作の絵本。
(楽しいプログラム「絵本の朗読」で伝える力を育てる)

月 日	プログラム	
9月17日	絵本の朗読	フォーラム「心に寄り添う本の力」
☆10月15日	"	講演：テーマ「ITCよもやま話」 講師：高山敦子氏
11月19日	"	スキット「おもてなしを極めるチームの力」
12月17日	"	脳トレ実践、ポットラック (会員のみ)
1月21日	"	ワークショップ「文章作成」「数センテンス」

神戸市医師会館 (変更あり) 第3土曜日 14:00~16:15

宝塚クラブ

優雅に！ 流暢に！ ー心を研ぎ澄ましてごらんー

会員数：9名

会長
西本 敬子



*この喧噪の世の中で、心を研ぎ澄ませばすべてが見えてまいります。行いを優雅に、ことばを流暢に語れるように自分自身を磨きたいですね。
(人間性の高揚と心のやすらぎ)

月 日	プログラム	
☆9月13日	直宮憲一氏	「戦国大名と茶の湯」
10月11日	中途変換スピーチ	
11月8日	朗読劇	
12月13日	クリスマス例会	ポトラック と なりきりスピーチ
☆1月10日	日本の芸能	狂言「柿山伏」他

宝塚市立男女共同参画センター (ソリオⅡ) 第2火曜日 13:30~15:30

御影クラブ

力を合わせて前へ

会員数：9名

会長
梶木 博子



*少人数ながら、実りのある楽しい例会を心がけています。各役職の責任は持ちつつ、全員で協力し力を合わせて前に進んでいきたいと思ひます。
(会員増強と楽しい例会)

月 日	プログラム	
9月13日	チャップリンスピーチ	
10月11日	アウトティング	横尾忠則美術館とその界限散策
☆11月8日	朗読を聞いてみよう！	講師：浅井淑子 (甲南)、石橋久子様
12月13日	クリスマスによせるスピーチ	
1月10日	名画鑑賞会	

西宮市立夙川公民館 第2火曜日 9:50~11:50

三田クラブ

不期明日 (ふごみょうにちをきせず)

会員数：11名

会長
中道 幸子



*人は必ず明日が来ると思っているが、一寸先はわからない。日々の暮らしの中で「いずれ…」とか「もうしばらくして…」ではなく「今日！」をおろそかにせず、大切に暮らさなければ、とこの言葉を選びました。(今日という日を大切に！)

月 日	プログラム	
9月3日	チャップリン	
10月1日	市出前講座	「①保健医療の現状について」
11月5日	リサーチスピーチ	「②保健医療で大切な事」
☆12月3日	クリスマス会	「チェロ演奏を楽しむ」
1月14日	お楽しみオークション！	

三田まちづくり協働センター 第1土曜日 10:30~12:30

カウンスルNo.2 第36期 第1回会合プログラムのご案内



日 時： 2016年11月22日(火) 11:00～15:00

場 所： 神戸ポートピアホテル 和楽の間

講師： 簗原 俊洋 教授

講演「大統領選の結果を踏まえた上での日米関係」

アメリカ大統領選候補に正式に決まった民主党のヒラリー・クリントン氏と共和党のドナルド・トランプ氏が激しい選挙戦を繰り広げています。講演会の11月22日は8日の本選が終わり、結果が判明しています。

日系4世のアメリカ人でいらっしゃる簗原先生に、選挙結果を踏まえアメリカ人の視点から見られたこれからの日米関係をお話しいただきます。

《プロフィール》

カリフォルニア大学デイヴィス校を卒業。神戸大学法学部大学院教授 博士(政治学)。
国際政治学者、特に日米関係史、アメリカ政治外交(大統領研究を含む)、国際安全保障、そしてインテリジェンス の分野に関心があります。

第36期カウンスル会合予定表

場所：神戸ポートピアホテル

	会合日	プログラム	ホストクラブ
第1回	2016年11月22日(火)	講師：簗原俊洋氏 大統領選の結果を踏まえた上での 日米関係	甲南クラブ
第2回	2017年3月28日(火)	スピーチコンテスト	神戸クラブ イースト神戸クラブ
第3回	2017年6月28日(水)	役員就任式 CMT 他	六甲クラブ



第2回会合はスピーチコンテストです。「歳をとると今までよりプレッシャーを大きく感じる」
この様な言葉をよく耳にします。そこでこんな情報をお届けします。

使ってみましょう！ ペップトーク

皆さんは大事な場面、例えば、スピーチの際「失敗したらどうしよう…」と、考えてしまい結果的に失敗を招いてしまった経験はありませんか？

心と体は繋がっていて「失敗したらどうしよう…」という不安が体を縮みこませ、大きく動作が出来なくなったり、呼吸が早く焦ってしまい間違う、そんな連鎖を生むようです。

そんな時はどうしたら良いのでしょうか？

1. まずは深呼吸をして、気持ちを落ち着かせる
2. ネガティブのイメージをポジティブに変える
3. 自分を信じてやってみる

上記の2番…ネガティブのイメージをポジティブにする言葉がけをペップトークと言います。ペップとは、元気づけるという意味があり、自分自身で出来るものにセルフペップというものがああります。自分にこのように声をかけるといいのです。

ミスしたくなければ 「成功するぞ！」

負けたくなければ 「勝つぞ！」

*NGなのは、ネガティブな言葉を打ち消して使う事。



脳はイメージしたことを実現化する傾向にあるため「ミスするな！」は、ミスを連想させ「負けるな！」は、負けを連想させて実現化してしまうようですので、ご注意を！

今まで努力してきた成果を発揮するためにも、最大限の応援を自分自身にしたいですね。ポジティブな表現で使ってみましょう。

☆スピーチコンテストに臨む時は、是非「できる」「やれる」「必ず決める」等、強い意志を持って頑張りましょう。
(参照：スポーツジャーナル)

リオ オリンピック選手の言葉より

- ☆「独特の雰囲気はあるが、普通の国際大会と同じようだと思う。」 (柔道 大野将平)
- ☆「自分の限界がどこにあるのか、自分でもわからない。」 (体操 内村航平)
- ☆「練習の量をやってきたという自信はすごくある。
あとはやってきたものを、どれだけ出せるか。」 (卓球 福原 愛)
- ☆「誰かを越すとか、抜かれるとかではなく自分ができる最大の
努力をする。プレッシャーの無い人生ほど退屈なものはない。」 (テニス 錦織 圭)

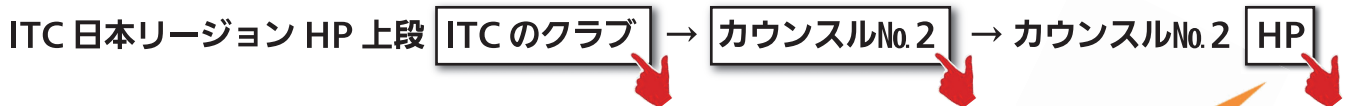
編集 後記

試行錯誤しながらも何とか第1号が完成しました。会長の熱い思いに沿いたく又パワフルな若い編集員に支えられ挑戦してみましたがいかがでしょうか。ご意見ご要望をお寄せ下さい。
原稿依頼に快くご協力下さいました皆様に、心より御礼申し上げます。

編集者：浅井淑子（甲南） スタッフ：橋口京子（阪神）・棟田佳緒理（甲南）

No.2のHPが新しくなりました!!

まずはトップページにアクセス!



- ☆最新の会則を日英で掲載
☆役員、常任委員会名簿
- ☆カウンスル会合の案内
☆各役員、委員会からのお知らせ
☆会計関係、派遣員関係各種書式
- ☆各クラブの例会日、会場、プログラムのお知らせ
- ☆35年間の歴史と今期発行のニュースレターを掲載
- ☆リージョンのトップページ、ITC国際のトップページにリンクしています

カウンスルの情報満載! 貴女の強い味方になります! 是非アクセスを!!

ITC 宣誓

我々、インターナショナル トレーニング イン コミュニケーションのメンバーは、世界中の相互理解促進のために、コミュニケーション技術と指導力の向上に努めることをここに誓います。

We, as members of International Training in Communication, hereby pledge to improve our communication and leadership skills, in order to achieve greater understanding throughout the world.