



2011-2012 年度

広島北ロータリークラブ週報

2012年2月9日発行 Vol. 1301

国際ロータリー会長 カルヤン・バネルジー氏
国際ロータリーテーマ
こころの中を見つめよう 博愛を広げるために
Reach Within to Embrace Humanity

■会長 高原 宏之 ■幹事 栗屋 充博
事務局 広島市南区松原町 1-5 ホテルグランヴィア広島 6F
TEL 082-506-0050 FAX 082-506-2530
E-Mail hnrc@world.ocn.ne.jp URL http://www.hnrc.jp/
例会場 ホテルグランヴィア広島 広島市南区松原町 1-5

■本日の例会 2012年2月9日(木) 第2074回
ロータリーソング 「われらの生業」
来客紹介 ローター家族親睦委員会
連続出席表彰
会長時間
幹事報告
委員会報告
ニコニコ箱
卓話時間 社会奉仕委員会担当
『認知症について知ろう』
よしなが神経内科クリニック
院長 好永 順二 氏

祝寿



S17年生まれ 70才
鶴飼 興治 会員



前回例会 2012年2月2日(木) 第2073回

国歌斉唱
ロータリーソング 「奉仕の理想」
来客紹介 ローター家族親睦委員会
四つのテスト唱和 職業奉仕委員会
誕生月お祝い
会長時間
幹事報告
委員会報告
ニコニコ箱
卓話時間 『年男の弁Part2』
山下 江 会員
岡部 知之 会員
島本 章生 会員

誕生月お祝い



左から、塩本(千)会員・鶴飼会員・水野会員・渡部会員・原田会員・二井本会員・高原会長 おめでとございます！

会長時間 会長 高原 宏之

昨年は未曾有の大震災を体験し、又昨今の報道によれば、ここ数年内に同等の震災の起こる確立が70%と言われていています。明日ともあるいは数年、数十年先かもしれない災害に日本国民の不安はつのるばかりです。加えてEU、あるいは日米経済の不透明感も全く払拭されておりません。とはいえ、前に向かって生きてゆかなければならない中で、「家族愛」、「人類愛」に、今一度「こころ」に目を向け活動の充実を図っていきたくと年頭に述べました。本年度の国際ロータリー会長カルヤン・バネルジー氏は、RIテーマを「心の中を見つめよう博愛を広げるために」とされ、世界平和の重要課題に1家族 2継続 3変化の三つを挙げておられます。又、田村泰三ガバナーは地区信条を「ロータリーで楽しむ心を学ぶ」とされ、楽しむことによってこころはリラックスし潜在能力が引き出され、成長につながると唱えておられます。我クラブにおいて本年度はRIテーマ並びに地区信条を踏まえ、従来からの基本精神である「明るく調和のとれた居心地の良い楽しいクラブ」運営を維持しながら家族愛・人類愛に今一度「こころ」を向け、「友愛と分かち合いのこころを大切にするクラブ運営」を維持しながら、「こころの輪」を広め、活動の充実(特に五大奉仕部門の活動の活動の充実)を図って行きたいと思っています。本日は例会後に定例理事会が開催されますが、今日の理事会でも各部門の奉仕活動について充分審議していただけるものと期待しています。年頭に述べましたように「友愛と分かち合いのこころの輪」を広め、このクラブにいて良かったと実感して頂けるように残る5ヶ月間努めて参りますので、会員の皆様方のご理解とご協力をお願い致しまして、今週の会長時間とさせていただきます

幹事報告 幹事 栗屋 充博

*3月11日(日)に開催されます「インターシティ・ミーティング(IM)」の回答期限すぎましたが、まだ回答を頂いていない方がいらっしやいます。必ず本日中に欠席をお知らせ頂きますようお願いいたします。

- *「広島14RC合同懇親ゴルフ大会」ですが今年度は子クラブの広島陵北RCがホストを務めますので、多数ご参加頂きますようお願いいたします。
- *米山記念奨学会とローター財団より確定申告用の領収書が届きましたので、郵便にてお送りしていますので、ご確認ください。
- *例会終了後、今年度理事会を開催いたします。
- *広島14RC懇親合同ゴルフ大会案内(BOX配布)
- *ガバナー月信(BOX配布)

委員会報告

職業奉仕委員会 丸本委員長

- *今年度、委員会の事業計画でもある「会員企業紹介卓話」と「冊子」の作成について、原稿提出のお願いを本日お配りしました。ご協力をいただきますようお願いいたします。

同好会報告

ゴルフ同好会 合田会員

- *4月29日(日)に開催される「広島14RC合同懇親ゴルフ大会」は当クラブの月例会を兼ねますので、多数のご参加をお願いします。

ニコニコ箱

ニコニコ委員会

【出宝】

北田加代子様★(故¥・北田和廣会員夫人) 昨年12/15号会報で高原会長、大之木副会長、栗屋幹事様から孫娘の千尋が学生音楽コンクール「ハイオリン中学生の部」で日本一になった事をニコニコで披露頂き有難うございました。心より感謝申し上げます。

【自主出宝】

高原会員・大之木会員・栗屋会員・岡部会員・合田会員

大寒を過ぎたとはいえ、一年で最も寒い時期です。風邪などひかれませぬよう、皆さま充分にご自愛下さい。皆さまの健康をお祈りし、出宝致します。

高原会員◇ ①先月、東広島商工会で「婦人科疾患について」一時間ばかり講演を行い、評価とコメントを頂き感謝しています。②自分自身の健康診断の結果が届き一安心です。

岡部会員 今年年男ということで「年男の弁」を本日まで披露させていただきます。よろしくお祈りいたします。

鶴飼会員◇ 70才になりました。昨日(今朝?)も朝2時半まで飲んでおりました。長生きは出来ないと思いますが、命尽きるまで頑張ります。おつき合いますよう宜しくお願いいたします。

鶴飼会員 気が付きませんでした。長寿のお祝いも頂き有難うございました。重ねてお礼申し上げます。

山本(正)会員 昨日のワイフの誕生日には可愛い花をお届け頂き誠にありがとうございました。小生とは10歳違うのでまだまだ若いと思っておりましたが、古稀の70歳になりました。まだ先のことですが、米寿の88歳と喜寿の77歳を共に元気で迎えたいと思っています。

岩森会員 武田先生、武田学園サッカー場新設披露おめでとうございました。立派でした。お蔭様でなでしこジャパン宮間選手の晴れ姿を見る事ができました。

久保田会員・菅会員 武田学園サッカー場完成おめでとうございました。なでしこリーグ湯の郷Bellを迎えての親善試合2千人近い観客を集め、楽しく観戦させて頂きました。更にフットサル・ソフトボール球場も近く完成とのこと。武田学園の益々の発展を祈念いたします。

杉本会員◇ 長期の欠席申し訳ありませんでした。2月より100%出席を目指し、努力いたします。

中村会員 アメリカにいつ娘が出張で来日し、広島に立ち寄ってくれました。父娘で一杯やりました。

当日計 28,000円(内、web15,000円) 累計 812,000円

★=10,000円 ☆=5,000円 ◆=3,000円 ◇=2,000円

卓話

『年男の弁Part2』

山下 江 会員 (S27年4月生まれ)



今年、還暦の年です。辰年です。「十干十二支」に基づいて正確に言えば、60年に一回来る「壬辰」(みずのえたつ)の年。「壬辰」の意味を少々。「壬」は、妊娠の「妊」の意味で、草木の内部に新しい種子が生まれた状態を表している。「辰」は「振るう」の意味で、陽気が動き草木が伸長する状態を表している。すなわち、「壬辰」は、新しいものが生まれ、スクスクと育つ年

ということです。

「還暦」は、新しく生まれ変わって再スタートということで、赤いちゃんちゃんこを着る習わしになっていますが、何事にも準備万端の母は、この正月にそれを用意してくれておりました。赤いちゃんちゃんこと赤い帽子、それに赤い座布団まで。そのときの写真は、ぼくのブログ「なやみよまるく」の正月元旦付けやfacebookにて公開しております。なかなか様になっていると自分では思っています。一回ではもったいないので、先日の弁護士会新年会の年男の弁でも着ました。年男が17人もいたので一人一分という時間制限があったので、視覚で訴えることにしたのです。

ついでに言うと、赤いちゃんちゃんこではもの足りず、今後、赤い甲冑を羽織ることになっています。これは、カープ侍やブルー侍の甲冑を作っている会社にぼくが関与しており、そこから依頼を受けたものです。この甲冑はグラスファイバーで出来ており、各種イベント用などに使用されているものです。子どもやお孫さんの七・五・三などにも利用できますので、ご検討ください。

さて、今日は、縁起の良い年男と言うことで、幸福について、話したいと思います。もちろん、幸福を感じる時というのは、人それぞれ違うと思います。だから、これが幸福だと言うものを決めることはできないと思います。

この点が前提ではありますが、

昨年10月に日本において出版された「幸福の習慣」(WELL BEING) (ディスカバリー・トゥエンティワン発行) について、おもしろい調査・研究結果がいろいろ書かれておりましたので、ご紹介したいと思います。ちなみに、この本はアメリカで2010年にベストセラーになったということです。

この本には、世界最大の世論調査会社ギャラップ社による50年間、150か国の調査結果に基づいて書かれています。それによると、「幸福を決定する5つの要素」があると。それは、①仕事に情熱を持って取り組んでいる、②よい人間関係を築いている、③経済的に安定している、④心身ともに健康で生き活きている、⑤地域社会に貢献している、の5つ。

そして、「最も重要なのは、この5つの側面が互いに関わり合っていてこそ、私たちが本当に人生に満足し、幸福を実感できるということ」

この5つについて、いろいろおもしろいことが書かれていますのでそれを紹介したいと思います。

①仕事(子育て、勉強など日常的にしていることも含む)の幸福。これは5つの中でも最も重要で根幹をなすもの。朝目覚めたときに、今日することにワクワクすること。パートナーを失うより、仕事を失う方がダメージは大きい。

②人間関係の幸福。幸福は人から人へと感染する。友人が幸福を感じると自分が幸福を感じる可能性は15%高まる。友人の友

人では10%。友人の友人の友人では6%。仲が良い夫婦と仲が悪い夫婦では、怪我の治癒期間に2倍の差がある。

- ③経済的な幸福。衣食住のためには一定のお金は必要不可欠。自分のためにお金を使うより他人のためにお金を使う方が幸福度は高い。物を買うよりも経験にお金を使う方が幸福度は2, 3倍高くなる。何かを買うとか何かしたいときに必要なお金があることの安心感が幸福感をもたらす。ハイリスク・ハイリターンへの資産運用は、日々絶え間ないストレスを生み出す。
- ④身体的な幸福。炭水化物や糖分の多い食事には注意が必要。20分の運動で一日中気分が良くなる。このメリットが最大になるのは週6日まで。運動を習慣とするのに年齢の限界はない。例として、88歳の毎日の散歩、筋トレ、ストレッチ。1晩7, 8時間の睡眠をとる。
- ⑤地域社会の幸福。自分が住む地域社会をより良くするための活動に参加することで幸福度は増す。幸福度の高い人は、自分が地域社会に何かを「与えている」と思っているのではなく、地域社会に「お返し」をしていると思っている。自分の活動が周囲に良い影響を与えることで自信が深まり、自分と社会がつながっていると感じるができる。

社会貢献活動＝社会奉仕は、地域社会へのお返しであり、そのことにより、私たちは高い幸福感を感じることができる。ロータリー活動もそのようなものだと思う。

「幸福の習慣」は、ためになる面白い本で、字数も少なく、さっと読める本なので、是非一読することをお勧めしたい。

本年もよろしくお祈りします。

岡部 知之 会員 (S39年4月生まれ)



私は今年の4月で48歳になります。人生4度目の年男で、明日の節分はいろんなところで豆を撒きまわろうと思っております。24歳の年男の時に結婚&第1子誕生、36歳の年男の時に社長就任と、自分の人生を変えるような出来事が年男の年に起こります。今年は何があるのかドキドキしておりますが、大病をしたり会社を傾けたりしないように、今まで以上にまじめに

生きていこうと思っております。

そして、これから12年経てば還暦を迎えることとなります。北クラブの元気な先輩方々のようになりたいと思い、これから12年でいかに自分を磨き、進化させることができるかを考え、それをまとめてみました。

**岡部48歳、次の年男までの進化計画、
題して OKB48 Evolutin! Plan**

を発表いたします。

進化計画の3つの柱

1. 健康力up
2. 人間力up
3. 仕事力up

まず今年1年で健康力をアップするために、

- ① 10kg減量
- ② 禁煙持続
- ③ 運動量を増やす

昨年は90kg→77kgになり、リバウンドで現在80kgまで増えました。今年中に70kgまで減量します。減量の方法は昨年と同じ俗に言う「炭水化物ダイエット」です。昨年読んだ本「食べて太らない! 糖質ゼロの健康法」に沿って実践します。「糖質ゼロ食」とは

肉・魚を中心とした、糖質をほとんど取らない食事です。お酒は焼酎やウイスキーといった蒸留酒や糖質ゼロ表示のもの、または糖度の低いワインならOKです。

しかし私は職業柄、試食や食べ歩きなどがたくさんあります。これは仕事として止めるわけにはいきません。ですから、仕事以外の時に注意して食事をするかが重要になります。

禁煙については、40歳からきっぱり止めていたのですが、最近お酒の席でついつい手を出してしまうことがありましたので、改めて禁煙持続にチャレンジします。健康のためと言う理由の他に、もう一つタバコを止める理由があります。ある先輩から「労働者が吸うのがタバコ、成功者が吸うのが葉巻。けむりをゆっくりと楽しめないようではまだまだガキ」と教えていただきました。タバコを止めて葉巻にしよと決めました。しかしまだ葉巻を吸う成功者の域には達しておりません。いつかゆっくりと煙を楽しめるような余裕のある男になりたいと思います。

運動量upについては、野球・ゴルフ・山登りと様々な同好会に入会させていただき、身体を動かす機会が増えました。特に野球は小学校以来で、技術はさて置き、童心に戻ってエンジョイさせていただいております。もう少し鍛えれば北クラブ野球部にふさわしいプレーヤーになれると思います。

続いて OKB48EvolutionPlan 2つ目の柱、人間力upについてですが、私が勝手に定義する人間力とは、「味わいある人間となり周りに良い影響を与える力」です。「コミュニケーションスキル」「リーダーシップ」「公共心」「知的能力」「創造力」などを総合的に高める力と考えます。平たく言うと「内面的な魅力」です。人間力アップのために欠かせないのは、尊敬する人からの刺激です。幸いにも北クラブにはたくさんの尊敬する方々がいらっしやいます。まともな方がほとんどいらっしやらないので、会う度に刺激的で良い影響を受けております。たくさん指導していただける機会を掴みたいと思います。

OKB48EvolutionPlan 最後の3つ目の柱、仕事力upについてお話させていただきます。今年は新しいマーケットにチャレンジしようと思っております。と言っても海外や新しい分野への進出などという壮大なものではありません。今まで出店していないエリアへのチャレンジです。4月に東海地方初、愛知県知立市へ旬菜ビュッフェ露菴の出店を計画しています。辰年にアウェーであるドラゴンの本拠地に攻め込みます。カーブの敵を取れるよう頑張りたいと思います。

以上長々とつまらない自分の話ばかりしてしまいました。この計画の進捗はfacebookで毎月報告いたします。興味のある方はほとんどおられないと思いますが、見ていただいた方は「いいね!」をお願い致します。ご静聴ありがとうございました。

島本 章生 会員 (S39年7月生まれ)



私は、龍の絵や置物をみるときに龍の爪の本数を数えます。5本爪をもつものは高貴な龍だからです。700年前の中国の元の朝廷は五爪の竜を天子の象徴とし、皇帝のみに使用が許されておりました。4本爪は貴族、3本爪は士族、2本爪は臣民、1本爪は卑民を守護すると言われておりました。

小学校2年生の時に海でタヌノオトシゴを拾ったことがあります。育てようと思い持って帰りましたが当然次の日に死にました。珍しいので、担任の先生に見せて喜んであげようと考え、次の日の朝、先生のデスクに置いたら、「キャー、気持ち悪い、あっちゃって」と言われ、「何と子供心が判らない先生だ」と思い、以後、その先生が嫌いになりました。今年48歳と言うことで、年齢を重ねるごとに死に近づいているわけです。

この年になると親しい知人が死にます。また大地震で多くの方が亡くなるのを目の当たりにすると、人は常に死と隣り合わせなのだと感じます。生と死後の世界が連続するか否かの真偽は判り兼ねますが、考え方によって生き方が変わってくるのではないのでしょうか。確かに死後の世界があることはロマンに思います。しかし、私は、ホーキング博士が昨年言った様に「PCの電源を切るように生は終わり、死後はない」と考える方が、今の生を強く認識できる気がしています。

最近、読んだ本の中で「バタフライエフェクト」という言葉がありました。これは、「ブラジルでの蝶の羽ばたきはテキサスでトルネードを引き起こすか」という思考実験から来ています。いわゆる、極めて小さな出来事は、やがては無視できない大きな出来事を引き起こす原因となるというものです。例えば、自分が驚いて車のブレーキを踏んだことで後続車が次々をブレーキを踏みます。自分の一瞬のブレーキ操作が時間の差を生み、その差は他者から他者へ影響が波紋のように広がり、やがては世界に影響を与えるほどの差になります。このように我々のちょっとした言動も、世界に影響を与えるのですから、世の中にいい影響を与えるような言葉を発し行動をしていかねばと感じます。

仕事においては、依頼を受けたらからは誰よりもすぐれた仕事をするをモットーにしております。最近、人の教育には、「怒ること」は不可欠だと思っています。山本五十六の語録に「やって見せ言って聞かせてさせてみせ褒めてやらねば人は動かじ」と言うのがあります。この中には、「叱る」という言葉が入っていません。何故かと考えみるに、当時の兵隊さんも子供も叱られることは日常のことであって、褒められることが稀だったのではないのでしょうか。逆に今は褒めることはあっても叱ることがなくなっている。これではやはり人は育ちません。

これから、生に感謝し、人様に少しでもいい影響を与えられるような言動を心がけて生活して行こうと思います。ありがとうございました。

東日本大震災復興支援事業報告

気仙沼南RC絆委員会(震災復興支援委員会)は津波で壊滅的な被害を受けた気仙沼の漁業を立て直すための様々な活動を行っており、当クラブも社会奉仕事業として漁の再開に必要な漁具の購入支援を行うこととし、ニコニコから100万円を拠出、気仙沼南RC絆委員会に事業を託しておりましたが、この度、気仙沼南RC絆委員会の小野寺委員長より事業の報告が届きましたので、お知らせいたします。

また、当クラブとは別に2710地区より作業小屋などの建設支援などもあり、一緒に贈呈式が行われたそうです。



■出席報告

2012年2月2日(木) 会員数82名
出席 71名 欠席 11名
来客 3名 ゲスト 1名
1/19例会M-up後出席率 100%

■来客紹介

上久保昭二 様(広島)
米川 晃 様(広島東南)
俵 雅之 様(広島西南)
車 智任 様(米山奨学生)

■次回例会案内 2012年2月9日(木)

食事:中華
卓話:『夢のなでしこリーグへキックオフ』
NPO法人 広島横川スポーツカルチャークラブ
副理事長 水戸川 旭 氏