

R. I. District 2610. ROTARY CLUB OF UOZU

魚津ロータリークラブ 会報誌

2012-2013年度 RI会長 田中 作次
2012-2013年度 魚津RC会長 野澤 良成



第2839回 例会報告

2012年9月7日

点鐘・握手

君が代斉唱

ロータリーソング「奉仕の理想」

ロータリーの要領の紹介、四つのテスト唱和

ゲスト並びにビジターの紹介 なし

誕生祝 なし

会長挨拶



事務局の川島さん、ご結婚おめでとうございます。

ここ二三日前から、朝晩過ごしやすい日が続いております。私たちにとってもありがたいことだと思っています。

ロータリークラブにとって9月は「新世代の月間」です。皆様にお渡ししてあります活動計画書P30、P31の年間例会行事予定表には、それぞれの月に重点的に取り組む意味での月間の活動予定が書いてありますので目を通して頂きたいと思います。



さて、地区のGovernor's Monthly Letterに「新世代のための月間に思う」と題して書かせてもらいました。最近、原稿依頼が多く、頭を搔くのは上手なのですが、書く書くうちに少しずつ慣れてくるような気がします。

2010年4月のRI起案審議会でも新世代が第5の奉仕になって2年が経過しました。

- ・インターアクトは12歳～18歳まで
- ・ローターアクトは18歳～30歳まで
- ・ライラは14歳～30歳（ロータリー指導者プログラム）
- ・青少年交換（当地区では国際奉仕部門）

以上の分類は通常の形だと認識していますが、地区ではこうっていないのが現状であります。

今年と去年、東京にて開催されたライラ研究会にライラの事を少しでも知ろうと参加した事によって内容を知ることができ、活発な地区やロータリークラブの熱意に感心させられ、果たして我々の2610地区で取り組みが出来るのか考えてみた場合、現状ではかなり難しいかと思っています。又、今年6月2日～3日に第1回インターアクト全国大会が神戸にて開催され、それにも参加致しました。内容は顧問の先生方による100点満点の活動報告でありましたが、私達の思っていたインターアクトクラブ活動の問題点や課題についてロータリアン同士又顧問の先生方との意見交換会もなく大変残念でありました。

地区の新世代部門としては、インターアクトとローターアクトクラブだけでは力強さを感じる事は出来ないと思います。地区の委員長として66クラブ中、スポンサークラブが17あり、残り49クラブにインターアクトクラブの良さ、大切さを知られていない為、クラブ設立の必要性和理解を各RCに呼びかけをし、現在の19のインターアクトクラブを毎年1校ずつ増やしていく努力が急務であると考えています。同時にもっともっとスポンサークラブとホスト校の連絡を密にする事と、学校長はじめ顧問の先生方との信頼関係を今後共築していく事がインターアクトクラブの活性化・発展の為に絶対必要な事だと思っています。

又、前回の例会の時に第35回インターアクト年次大会の報告と反省点も含め報告すると言っていたので報告致します。

8月26日(日)4月に完成した新校舎 小松大谷高等学校を会場に開催され、スポンサークラブは小松東RC、ホスト校は小松大谷高等学校でした。魚津RCからは地区委員長の野澤と愛宕インターアクト委員長の2名が参加しました。

- ・参加者はインターアクトクラブ員 11校 94名、インターアクト顧問 12校 16名、ロータリークラブ 11クラブ 35名 でした。
- ・開会式では、校長挨拶のあと、小松市長、中尾ガバナー、私、中出小松東RC会長の4名から祝辞を頂きましたがいろいろな視点からの挨拶、祝辞で良かった。
- ・13名がガバナー表彰を受賞した。
- ・各校活動報告はパワーポイントを使っての発表で目に訴え分かりやすかった。
- ・海外研修活動報告は鵬高校生徒が行った。
- ・小松大谷高校の吹奏楽部の演奏は迫力があり良かった。
- ・ロータリンとインターアクト顧問懇談会は、カウンセラー、地区委員長、地区委員3名、顧問15名、ロータリアン10名ほどが参加し、インターアクト委員長作成のプリントをもとに進められた。
- ・協議会の内容報告ー海外研修の万一の事故のため、任意保険に全員が加入することを申し合わせた。
- ・意見交換ーロータリアンより、地区とロータリークラブ、ロータリークラブとインターアクトクラブのつながりが弱いとの意見が出された。手だてとして、ガバナー事務所を通して会合日の設定を急いでいる。私も縦のつながりだけではなく、インターアクトクラブ、スポンサー相互の横のつながりも含めて活性化していくため動きたいと思っている。
- ・今年度、海外研修は手頃な金額(13万2千円)であり、30名は参加してほしい。
- ・講演は「人が生きること」に深くかかわる話であり良かった。腰から下、脚のない人の話で、今は自分で車椅子の乗り降りができるが、年をとったらどうなるか心配されていたが、非常に良い話であった。カウンセラーからは「自分の身に置き換えて考えていただきたい。皆が深い感動を抱かれたことと思う。」との講評があった。

地区の一番大きな行事である地区大会に、是非誘い合ってたくさんで行きましょう。

幹事報告 辻 英晴理事

- ・中島久義さんより お礼状
- ・魚津市立つくし学園より 運動会開催のお知らせ
- ・並行在来線等対策連絡協議会より 先進地視察研修会の実施について
- ・暴力追放運動推進協議会より 魚津市民大会のご案内
- ・9月例会案内 前回と同一に付き 略
- ・9月SAA補助 前回と同一に付き 略
- ・例会後 理事会開催

出席報告 羽田出席副委員長

本日の出席者 31名 出席率83.78% 欠席者 6名
メイクアップ済み 関口さん
2837回のメイクアップ 中島さん
2837回の修正出席率 70.27% →72.97%

ニコボックスの報告 辻英晴ニコボックス委員長

- ・中島さん→第68善龍丸の竣工式等にいろいろお世話になりありがとうございました。8月15日、さんま漁に無事出漁しております。現在、奮闘中です。
- ・野澤さん→早いもので2か月が過ぎました。あと10か月しかありません。がんばります。

委員会報告

職業奉仕委員会 谷口副委員長 企業訪問について

広報委員会 中川委員長 「ロータリーの友9月号」の内容紹介

横書き1ページのRI会長メッセージ「ロータリーの未来を支える新世代奉仕」では、第5の奉仕部門の内容が示され、併せて、ロータリーに新会員を迎え入れるだけではなく、会員であり続けてほ

しいとの願い及び具体的な方法が提案されています。

縦書き2ページからの宮脇昭氏の講演要旨「いのちの森を未来につなぐ」には、「9000年続く命の森づくり、台風、地震、洪水、大津波、大火事にも耐えて、命と心と遺伝子を守り、地球規模では生物多様性を維持し、地球温暖化を抑える本物のふるさとの森をつくってください。」との呼びかけがなされています。縦書き30ページは、前年度地区ガバナーの炭谷氏が第三の目標に掲げていた地区親善テニス大会を開催することができたとの報告です。

職業奉仕委員会 池上副委員長 模範従業員の表彰について

本日の卓話

「アタゴ美建工業㈱の紹介」



愛宕君

18歳まで魚津にいて、受験に失敗し、浪人半ばで方向転換しました。人間恐怖症のままでは駄目だと思い、一番嫌な営業活動にチャレンジしようと、東京で7年、アメリカで2年、名古屋で2年やりました。

36歳で東京に戻りました。そこで結婚した妻は看護師をしていたのでナイチンゲール精神を強くもっていて、奉仕の精神を叩き込まれました。一緒にアメリカに行こうということでアメリカで2年生活しました。アメリカ精神に浸り、帰国しました。日本人は礼儀正しく素晴らしいですが、反面、近所の目というか、人を干渉し過ぎます。アメリカでは素晴らしい近所付き合いで、プライバシーでははじめがついていて、すがすがしい感じがしました。観光ビザだったので不法滞在で二度とアメリカに行けなくなる恐れがあるので、子どもが産まれたこともあって帰国しました。

富山に戻り、アメリカで教えてもらったことをいろいろ考え、自分の価値はどこにあるのかを考えました。自分の価値は人にどれだけ喜んでもらえるかである、人を幸せにする一助、それが自分の価値であると考えました。妻は看護師だが自分には何もありません。22歳の時、アルバイトで建物のクリーニングをした経験を思い出し、これを機会に掃除をして皆に喜んで貰おうと思い、22年前に、会社を立ち上げました。やっているうちに、面白くて右肩上がりの期間が15年程続きました。六、七年前から低迷し、ジグザグ状態が続き、現在は1億円前後で推移しています。

仕事を続けている内に、お客さんの要望に応じて、キズ補修工事、コーキング工事などもやっています。事業内容は清掃全般、防水シーリング、FRP防水、キズ補修工事、光触媒コート施工などです。従業員は20名、ピーク時は26名でした。掃除と名の付くものは何でもやっています。心のキズは治りませんが、私自身は補修をしています。

課題としては、先ず、人材がほしいです。二十歳くらいの若い人です。昔は、社長の一声でやっていましたが、今は、こちらからお願いしないと動いてくれません。会社として苦しい状況になっています。人材の方、よろしくお願いします。



「食育」 坪井君



トノサマガエルです。アルミノのトノサマガエルです。湯上で見付けました。

「嚙締め」の話の関係者に話したときに使ったスライドです。前に卓話で「嚙締め」のお話をしました。7割は自分でコントロールでき、一カ月程度で症状が取れてきますか、残りの3割はどうしても治りません。その原因は骨格とか歯並びなどに問題があると分かってきました。つまり、成長過程での何らかの変形が関係あるという事です。それを治すには子供のときからの食事の問題、どんな物を食べるか、どんな姿勢で食べるかなど、成長過程で何らかの修正を加え、健康な体にもって行き、骨格が成長し、適切な機能を持つようになれば良いと考えています。更に食育に力を入れる必要があります。

私の家では6年前から、箱ご飯で食事をしています。食べている姿が違いますね。今年の夏は暑かったせいか、アイスクリームを食べながら登校する姿が見られました。20年前にはびっくりした朝食に菓子パンとジュースが現在では普通になってきました。食育の効果がなく、今後益々色々な問題が起きるのではと心配しています。や

はり、食べることを考えねばなりません。

700万年前、アフリカで猿人が出現し、20万年前にはホモサピエンス、4万年前には、アジアに行った農耕民族、ヨーロッパには狩猟とか牧畜、アメリカに行った狩猟民族に分かれました。それぞれの住み方で食べ物の形が違ってきます。食べ物が違えば噛み方も違ってきます。日本は農耕民族なので播り潰すのに都合の良い体になっています。海草をよく食べるので分解する力を持っています。ヨーロッパの人たちは、動物の肉・乳を摂取するので、牛乳・肉を分解するラプターゼをたくさん持っています。このように、人種によって体の仕組みが違うのでそれを考えて治療しないとイケない、食育していかなければならないと思っています。



日本では「硬い物を噛め」とか押し付けがよく言われてきましたが、先人の知恵であると思います。工夫して硬い物を食べるとそういう機能が発達します。一方、姿勢も曲がって脚がぶらぶらで食べている状態だと顎がよく動きません。正座してまっすぐ前を向いて食べるのと、椅子に座り脚をぶらぶらさせながら食べるのでは全然咀嚼する回数が違います。だから、「よく噛んで食べましょう」と言われても、食材によって違うので、食材によってしっかり噛めれば良い、しっかり噛める姿勢で食べてほしいと言っています。

和食はしっかり噛むことで味が出ます。味が濃い近代食を食べていると咀嚼機能も味覚機能も発達しません。よく噛まないで食べる、表面に味をつけるソース文化、ソースを付けて食べる食生活が身に付くと味覚が発達しません。「はまる味」と呼ばれる食品を食べていますと、歯は未熟なまま退化し、結果的に早く介護が必要な人間になるのではないかと心配しています。

↓ 坪井先生からの原稿です。

昔から、「硬いものをよくかめ」、「お行儀よく食べなさい」など、いわれてきました。これらのことは、日本における先人の知恵なのでしょう。子どものうちに硬いものを好んで食べていると硬いものを食べるための機能が発達します。一方、姿勢良く食事をすればスムーズな咀嚼ができるようになります。身体機能発達の初期の段階で十分な活動をするのは、いうまでもなく極めて重要なことと思われれます。ふだんの生活のなかで普通に行なっていくことが必要です。

咀嚼の回数と姿勢は大きな関係があります。背筋を伸ばし、足が床にきちんとついてると咀嚼回数が増えます。逆に背中が丸まった状態で足がぶらぶらしていると回数が少なくなります。つまり、身体のバランスが安定していることが重要となります。何回噛めばよいとかではなく、しっかり噛めればよいのです。

和食は、しっかり噛むことで味わうことができる調理法なので近年、見直されております。一方、味の濃い近代食のみで育つと咀嚼機能が十分に発達せず、未熟なまま大人になっていくことが危惧されております。未熟だどうしても味の濃いもの（表面に味をつけるソース文化）を好むようになり、味覚も発達しないのです。

「はまる味」と呼ばれる食品には、甘味、人工的な旨味、油脂成分が多く含まれるのでおいしく感じ、やめられなくなります。これらの食品を日常的に摂っていると、血糖値の乱高下による心身の機能低下だけでなく、味覚はもちろん心も体も未熟なままです。

咀嚼の発達は、15歳までに決まると言われていますが、「食べる」が育つ工夫はたくさんあるので、あせらず、落胆せず挑戦して下さい。味覚に関しても、約2ヶ月間気を付けるとかなり変化が見られます。実は、私も富山に来た頃は全然ダメでしたが、咀嚼機能、味覚共に少し改善しました。しかし、それまでの食生活が乱れていたため、十分ではなく意識していないと機能低下していくのがよくわかります。

近年、若年者の味覚障害が急増しています。高齢者の味覚障害が全身疾患、服用薬剤の影響、唾液分泌低下、ストレスなどが主な原因であることに対し、若年者は、食生活への意識が関連していることが考えられています。つまり、多種類の食品をバランス良く摂るなどの配慮がなく、朝食を抜いたり、偏食の多い人に味覚障害が認められたのです。これは食育の重要性を示しています。

あとがき

大いなる勘違い・思い込みをしました。

坪井先生から頂いたデータをスライドの資料と勝手に思い込み、最終段階で写真を挿入しようと開いたら、卓話原稿でした。

テープ起こしの文章と原稿を読み比べていただければと願っています。長短ありますが、ポイントは先生の意図が正確に伝わっているかどうかだと考えますが……。