

2021-22 年度 R1 会長 シェカール・メータ (カルカッタ: マハナガール RC) 第 2820 地区ガバナー 新井和雄 (下館 RC)

国際ロータリー 第2820地区(茨城) 第1分区 日立港ロータリークラブ週報



奉仕しよう みんなの人生を豊かにするために



2021. 7. 29
第 1980 回例会



会長 佐藤邦裕 会長レフト 山口憲生 幹事 菅原光雄

- 事務局 日立市大みか町 2-28-5 渚会館 TEL 0294-53-6411
- 例会日 毎週木曜日 12:30~13:30
- 例会場 美かの 日立市大みか町 6-14-12

8 月は会員増強 ・
新クラブ結成推進月間です

会長挨拶 佐藤邦裕 会長



新型コロナウイルス感染拡大は首都圏で非常事態宣言下でも増え続けており、本県においても県南部地区で多数の感染拡大が報告されております。よって、当日立港ロータリークラブにおきましても本日予定されておりました第 1 回情報集会を中止延期させて頂くことになりました。計画して頂きました今野親睦活動委員長、および玉の井、根本会員にはご迷惑をおかけし申し訳なくお詫びいたします。

そんな中、賛否両論があるオリンピック 2020 東京大会が開催されました。無観客の会場での競技ですが、今回の大会は、メダル、特に金メダルの獲得数が多く感じられるのは私だけでしょうか? 何と言っても国技柔道男子の初日からの活躍には目を見張るものがあります。もちろんテレビでの観戦ですが、手に汗握る試合の勝利は感動を覚えます。1 年間の延期、開催の賛否、無観客、選手の体調・心理管理は大変な事と思いますが、結果が全ての勝負の世界です。今後の競技も良い結果で無事に閉幕まで行える事を願っています。

会員の皆様には、コロナウイルス感染なく暑さにも負けないようご自愛ください。

例会報告

開会点鐘 佐藤邦裕 会長
R ソング 「我等の生業」

本日のビジター紹介 三田寺 清 会員

本日はいらっしやいません。

出席報告 鈴木崇久 SAA

会員数	出席数	出席率
37	25	73.53%
出席免除者数	前回訂正	合計出席率
4(本日 1 名出席)	9	100.0%

本日の食事メニュー: かつ丼

にこにこ BOX 報告 鈴木崇久 SAA

目標 1,408,000 円
 本日のご芳志 0 円
 人頭分担金 182,000 円
 トータル 430,000 円

幹事報告 菅原光雄 幹事

【受信書簡・メール】

- ・第 1 回会長幹事会開催の案内
- ・米山世話クラブ・準世話クラブ・学友会合同セミナー開催の案内
- ・第 24 回インターアクト年次大会開催の案内
- ・茨城海岸美化プロジェクト案内チラシ
- ・WCS プロジェクト「この指とまれ」事業 ネパールの障がいを持つ子供たちへの支援の協賛 お礼と完了報告
- ・第 19 回ロータリー全国囲碁大会の案内
- ・小冊子 2020-21 年度「会員維持増強物語」と 2018-19 年度「会員増強物語」の送付案内

- ・2021-22 年度「この指とまれ」プロジェクト賛助協力のお願い
- ・2020-21 年度 第1 区分分担金返金のご連絡

委員会報告

【国際奉仕委員会 古川英希 委員長】

7月22日(木・海の日) zoomにて国際奉仕研究会に参加しました。その中で2021-22年度「この指とまれ」プロジェクト賛助の協力依頼がありました。昨年度は4事業しかありませんでしたが、今年度はコロナ禍にも関わらず、9クラブ8事業の提唱がありました。全事業に協賛するのは無理ですが、会長、幹事と相談の上、いくつかの事業に協賛したいと思います。また、海岸清掃美化プロジェクトの企画は世界のロータリアンに広がり、まさに「ドリームプロジェクト」として国際奉仕もかかわっています。9月12日(日)は世界中で70以上の国が参加することになっているようです。鈴木稔ガバナー補佐のもと、日立港RCはプロジェクトのホストクラブとなっていますので、会員全員参加のご協力よろしくお願ひします。

本日のプログラム

私とRC 木村昌永 さん 『自己紹介』



私は昨年9月に交代会員として入会させていただきました。日立港ロータリークラブの会員として10か月が経ちますが、コロナ禍で満足なクラブ活動ができず、皆様と交流する機会があまり多くはなかったため、改めて自己紹介をさせていただきます。

入会式でも申し上げましたが、日立市生まれの日立市育ちです。大学の4年間と、会社に入ってから東京勤務をした約2年間の期間を除くと50年も日立市で暮らしている勘定になります。家は成沢で、もともとの実家です。父親が早く亡くなったのですが、その当時私は社宅で暮らして持ち家を考えていたところだったので、母親一人にするのもどうかと思い、実家を2世帯住宅に建て替えて同居を始めました。子どもは男の子ばかり3人いますが、5年前に就職と進学で全員家を出て、母親と私たち夫婦でのんびり暮らしており

ました。ところが3年前に、水戸で所帯を持って暮らしていた長男から同居させてほしいという申し出があって、仕方がないので少し改築工事をして、2階を明け渡すことにしました。長男夫婦には5月に4人目の子どもが産まれたので、母親、私たち夫婦、長男夫婦と4人の子どもたち(私から見ると孫です)の、何と4世代9人という、これだけ核家族化が進んだ今では極めて珍しい大家族で暮らしています。特に年配の方からは孫と同居ができてうらやましいというお話を頂戴することも多いのですが、うるさいし言うことは聞かないし、私はどちらかという小さな子どもは嫌いなので、あまりうれしいことはありません。ですが、贅沢も言えないので、仕方がないと割り切っています。

趣味は、本を読んだりギターを弾いたりもしますが、外で体を動かすことが好きです。山を登ったり、自転車で長い距離を走ったりしますが、コロナ禍では遠方まで出かけるのも憚られるので、週末は池の川運動公園周辺をジョギングすることが多いです。ゴルフは何とかお付き合いができる程度です。お酒は自分ではたしなむ程度だと思っていますが、周りからは大酒飲みと言われます。家族全員がサッカーファンで、鹿島アントラーズのホームゲームはほぼ毎試合観戦に出かけていますが、昨年からはDAZN観戦であきらめています。ラグビーを見るのも好きで、近年の日本代表の躍進は、長く続いた低迷期を知っているだけに、感慨深いものがあります。野球は日立製作所野球部の試合は見ますが、それ以外に関心がないので、高校野球とかプロ野球の話もされてもまるでわかりません。

本題の「私とRC」について少し話をさせていただきます。私は入社してからずっと総務の仕事をしていますが、入社して配属になったのが総務部勤労課人事係という部署でした。人事係の仕事の一つに表彰があります。今はもう無くなりましたが、当時は永年勤続表彰というのがあって、これが一番のビックイベントでした。勤続15年、25年、35年を迎えた社員を表彰するというものです。また、年末表彰というのもあって、技術賞とか事業開拓賞とか様々な賞を作って、その年に活躍した社員を年末に表彰します。今でも毎年やっています。さらに優良従業員表彰というのがありました。これは皆様のほうがよくご存知だと思

います。地域の団体から推薦依頼を頂戴し、会社から社員を推薦して団体に表彰していただくものです。日立商工会議所と、当時勤務していた会社は日立市幸町にあった関係で日立ロータリークラブ、それともう一つの団体から推薦依頼があったと思うのですが、何の団体だったのかは記憶に残っておりません。入社して1年目で、地域社会のこともよくわからない頃でしたので、日立商工会議所は字面から何となくどのような団体なのかは想像がつかいましたが、ロータリークラブがよくわかりませんでした。以前小泉前会長が紹介されていましたが、駅前ロータリーの美化清掃をやる団体なのかと思っていて記憶があります。さらに、美化清掃団体の行う表彰式とはどのようなものなのか、もしかしたら駅前の花壇にあるようなお花がたくさんある式典なのかと不思議に思っていました。

昨年、思わぬ形でロータリークラブの一員に加えていただき、ロータリークラブの活動内容を知ることになり、さらには10月に日立港ロータリークラブの優良従業員表彰式に参加させていただくことができました。ロータリークラブの奉仕の精神の延長線上に優良従業員表彰があること、また、表彰式は本日の例会会場であるここ「美かの」で執り行われましたが、テーブルが教室型に配置され、いつもの例会とは違う雰囲気、厳かに式が進行しました。式のあとは一緒に昼食をとり、外で記念撮影もありました。ロータリークラブの会員として参加させていただいて、約30年前の疑問が解けました。

【長年の疑問が解消した昨年の優良従業員表彰式】



冒頭に申し上げたとおり、まだ若葉マークの一年生です。できるだけクラブの活動には参加させ

ていただきたいと思いますので、引き続きご指導をよろしくお願いいたします。

会員卓話

鋤柄純忠 さん

『 こんにちは！
自己紹介と環境と衛生こと始め 』



◆自己紹介

生年月日：昭和20年9月29日(土)
出生地：愛知県田原市、旧愛知県渥美郡野田村



◆学歴

- ・愛知県立成章高等学校
- ・東京教育大学体育学部 昭和43年卒業

◆職歴

- ・昭和43年茨城キリスト教大学、文学部助手に採用される。その間茨城大学工学部、教育学部非常勤講師を30年間。
- ・担当科目：体育実技・野外活動・健康科学・児童体育 等
- ・65歳定年退職

◆ロータリー歴

- ・平成17年5月日立港RC入会
親睦活動委員長・プログラム委員長・国際奉仕委員長・会長 2011-2012年・米山記念奨学会委員長
- ・地区委員活動
青少年交換委員 2013年-2018年(委員長 2015-2017)

◆スポーツ歴

- ・中学校：軟式野球部/キャッチャー
陸上/短距離 走り幅跳び 80メートル
ハードル 駅伝

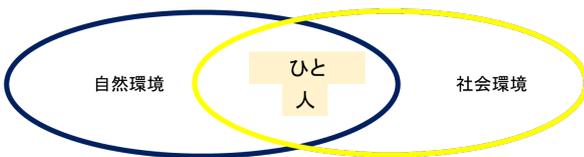
- ・高等学校：陸上競技部／短距離 100 メートルから 400 メートル 5 種競技など
- ・大学
陸上競技部：短距離 3—4 年次主務
- ・社会人
陸上競技：短距離 100 メートルなど
軟式野球 テニス お父さんソフトボール

◆趣味

- ・数独 (ナンバープレース)
- ・芝刈り (草取り)
- ・ゴルフ (週 2 回ラウンド)
- ・釣り (お休み中)
- ・麻雀ゲーム (布団の中で寝る前に毎晩)
- ・ミツバチ飼育願望 など

健康科学

- ・健康とは：病気でないこと
- ・環境と健康
外部環境：自然環境と社会環境
内部環境：恒常性



自然環境

- ・大気の組成

窒素	約 78%
酸素	約 21%
アルゴン	0.93%
CO2	0.03%
ネオン	0.0018% など
- ・大気の異常成分
 - SO2：亜硫酸ガス⇒酸性雨など
 - NOX：紫外線と反応しオキシダントなどの光化学スモッグを発生させる
 - CO：一酸化炭素 (猛毒) 中毒に注意

温暖化

- ・温暖化とは
炭素 C=化石燃料 (石油、石炭等) を燃焼することで熱エネルギーとして利用。火力発電、

自動車など発電や動力として利用することにより、結果として CO2 が増加し、太陽からの輻射熱を閉じ込め気温が上昇するという考え方のこと。

- ・脱炭素とは
エネルギー源の転換を図ること。



社会環境

- ・職場、家庭などの人間関係など
- ・ハラスメントなどの問題が生じている、これによりストレスが発生しいろいろな健康障害を引き起こしている。
- ・ストレスとはストレスラーに対する抗力である。

ストレスラーの 4 つの分類

- 物理的ストレスラー (気温、騒音)
- 化学的ストレスラー (薬害、栄養障害、免疫)
- 身体的ストレスラー (病気、怪我など)
- 精神的ストレスラー (人間関係など)

ストレスにどう付き合うか

なくてはならないストレス
緊張感がなければ人は生きていけない。

◆ある猿の実験：

A：B のサルがいました。
箱の中に入れられ一定の間隔で電流が流れます。
A の猿はボタンを押すと電流が止まり、刺激が消えます。
B の猿はボタンを押しても電流は止まりません。
これを続けた結果どちらかのサルが先に死にました。
さて、どちらが先に死んだでしょうか？



内部環境とは

内部環境は常に一定に保たれていなくては生命を維持できない。この状態を恒常性：homeostais という。
(体温、浸透圧、血圧、免疫、ホルモン等が一定の状態でなければならない。)

外部環境の変化にかかわらず絶えず微調整を繰り返し、一定に保たれている。これが崩れると健康が損なわれる。

最後に

我々の健康は微妙な調整の上に成り立っている。新型コロナウイルスに翻弄されている現状であるが、ワクチンの接種によって免疫を獲得し、ウイルスの脅威から逃れたいものである。これが心の健康にもつながる道であろう。健康は幸せな生活の大前提である。これには食べ物（栄養）、運動など基本的な生活習慣が大切である。

{健全なる精神は健全なる身体に宿ることこそ望ましかれ} (ユウエナリス) 60年-128年
これを求めて行(生)きましょう。

閉会点鐘 佐藤邦裕 会長

今週の会場の花
“クルクマ”
花言葉：旅人の喜び



第1分区分米山世話クラブ・準世話クラブ、米山奨学生連絡会開催報告 太田カウンセラー

7月24日(土)に第1分区分内の米山奨学生4人、カウンセラー4人、準世話クラブ3人と鈴木ガバナール補佐が一堂に会し連絡会を行いました。(写真参照)



目的は、奨学生4人がクラブ単位で各々個別に活動するよりも、分区分やクラブ行事と一緒に参加することでロータリー活動への理解を一層深められるのではないかとということです。幸い参加者全員に趣旨を理解いただき、今後具体的に検討することになりました。コロナ禍の中でいろいろ制約はありますがこれからの活動を見守っていただけ

ればと思います。

RI 2820 地区 2020-2021 年度
WCS プロジェクト「この指とまれ」事業
ネパールの障がいを持つ子供たちへの支援への協賛御礼 (完了報告)

平素より大変お世話になっております。日立 RC 国際奉仕委員長中原昭、下館 RC 国際奉仕委員長葉章二と申します。

この度は、日立 RC と下館 RC が共同提唱した WCS プロジェクト「この指とまれ」事業ネパールの貧しい子供たちへの就学支援事業にご協賛いただき、誠にありがとうございます。皆様のご好意により 2020-2021 年度は、当地区内より 67 万 5 千円の支援金を集める事が出来ました。過日、6 月 27 日に実施国である RI 3292 地区のカスタマダップ RC によって、障がいを持つこども達に対する学用品等の贈呈式が NAWB (ネパール視覚障がい者福祉協会) 本部にて、実施されました。

2020-2021 年度は、コロナ禍で多くの活動が制限されました。ネパール国内におきましても、度重なるロックダウン、それに伴う学校閉鎖などがありました。日本からロータリアンがネパールに赴いて、カスタマダップ IRC のメンバーと共に、学校を訪問して支援物資をこども達に直接手渡すという、例年行って参りましたスタイルを踏襲することは困難であると、カスタマダップ RC と協議の末、判断いたしました。ネパール側が、皆さまの思いのこもった協賛金を何とか有効活用できるように、代替案を提示してくれました。それは、NAWB (ネパール盲人福祉協会) を通じて、視覚障がい、難聴、身体障がい、ダウン症、脳性麻痺などの障がいを持った生徒のコロナ渦における学習支援を行うことでした。この代替案は、ロータリーの DEI 声明(多様性・公平さ・開放性)にマッチした素晴らしい提案と理解し、支援を継続することを判断いたしました。

6 月 27 日に実施された、現地での贈呈式に Zoom で参加いたしました。代表のこども達とご両親達の喜んでる姿を拝見して深く感動いたしました。

私どもの活動にご理解ご協力いただいた皆さまがたのご厚意は、カタチとなって、ネパールの障

がいを持つ子ども達にしつかりと届いております。

日立・下館両クラブ会員一同は深く感謝いたしております。引き続き、新年度におきましても貴クラブをはじめ多くの方々のご期待に沿えるよう、ネパールと日本の良好な国際関係の発展に向けて邁進いたす所存でございます。

今後とも、どうか末永いお力添えを頂きますよう宜しくお願い申し上げます。

2020・2021 年度の活動報告書(カスタマングラップ IRC まとめ) を添付いたします。



今後のスケジュールのご案内

- 8月12日(木) 休会 (定款第6条第1節(C)項)
- 8月19日(木) 例会 12:30~ 美かの
「出前卓話 古河東 RC 柿沼利明 様」
「私と RC 五来美奈さん」
- 8月26日(木) 例会 12:30~ 美かの
「会員卓話 額賀儀秀さん」
「私と RC 神山靖基さん」
- 9月2日(木) 例会 12:30~ 美かの
「環境・衛生を考える②」

編集後記

先日、次男の野球チームの先輩だった Y 君が県大会前日に足を怪我してしまい、病院に行った時の事です。診断後処置をして下さった看護師さんと Y 君が 2 人で泣きながら処置室から出て来ました。母親が聞いたところによると、その看護師さんのお子さんも野球をやっていて、同じ境遇の下、大事な大会前日に怪我をして落胆した Y 君の姿を見て涙が出てしまったとの事でした。そして Y 君はその優しさに思わずもらい泣きしてしまったそうです。私は他人の事を想う人の心の優しさに触れ、温かい気持ちに包まれました。怪我はとても残念ではありますが、それ以上に人として、大切な事を経験できた事と思います。私の次男も野球をやっていて、仲間達と練習に励んでおります。次男にもチームスポーツを通じて仲間と喜びを分かち合い、また他人の痛みのわかる心を育みながら成長して欲しいと願っています。私にとっても何かを学ばせてくれる事に気づいた出来事でした。
(ご)

その他のお知らせ・連絡事項

★★ 行事の申込受付案内 ★★

◆ 夏の休日親睦ゴルフコンペ

8月29日(日) グランドスラム CC 西コース
ご出欠の申込みは、例会場受付または
電話・メールにて事務局まで!!!

発行：日立港ロータリークラブ(翌例会日)

編集：会報・雑誌委員会

松橋好徳 糸賀正俊 五来美奈

神山靖基 中野紀子(事務局)

URL：<http://www.hitachi-ko-rc.com>

E-mail：info@hitachi-ko-rc.com