

2022-23 年度 RI 会長 シェンファー・ジョーンズ (カナダ: ウィンザー・ローズランド RC) 第 2820 地区ガバナー大野治夫 (つくば学園 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



2023. 4. 20
第 2050 回例会

会長 山口憲生 会長エレクト 鈴木崇久 幹事 佐藤泰子

- 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



4月は環境月間です

会長挨拶

山口憲生 会長



前回、会社の人事異動による会員の交代のことを述べましたが、会報 32・33 合併号に前任の神山前会員が編集後記への寄稿を振り返った内容が掲載されています。その多彩な話題、えっ？と驚くようなプライベートのカミングアウトがほほえましい話題などエトセトラ。卓話や「私と RC」の依頼を受け悩んでしまう会員の声をよく聴きますが、テーマは身近などんなことでもそれらのテーマになることを神山さんは教えてくれているようです。そのすべてがロータリークラブのテーマにふさわしいと思えてくるのも不思議です。例えば、前回の照沼会員の卓話はいわばファミリーヒストリーを垣間見させてくれ幸福感を味合わせてくれましたが、来年度 RI テーマ「世界に希望を」に通じると思います。また会報 34 号の編集後記は五未会員です。地域コミュニケーションの大切さをそれとなく示しています。小松弘二会員の「私と RC」では米山奨学生 OG との家族ぐるみの交流です。ことほど左様に身近な話題がロータリーのテーマにつながっていることを改めて感じさせたこの頃です。今後ともこう言ったコミュニケーションを続けて行きたいものです。

例会報告

開会点鐘 山口憲生 会長
R ソング 「我等の生業」

本日のビジター紹介 今野紀仁 親睦活動委員長

本日はいらっしやいません。

出席報告

山口彰二 SAA

会員数	出席数	出席率
34	22	68.75%
出席免除者数	前回訂正	合計出席率
4(本日2名出席)	10	100.0%

本日の食事メニュー：刺身

幹事報告

佐藤泰子 幹事

【受信書簡・メール】

- ・第 4 回 第一分区会長・幹事会開催のご案内
- ・4 月ロータリーレート 1 ドル=133 円
- ・令和 5 年度日立国際交流協議会総会開催のご案内
- ・ハイライトよねやま 277 号

委員会報告

【会報・雑誌委員会

木村昌永 副委員長

本日配りました会報ナンバー (4/13 例会) が間違っていました。正しくは No34 です。

【職業奉仕委員会

木村昌永 委員長

5 月開催の職場見学会に参加される皆さんには、本日の午前中、実施案内をメールなどで送りましたのでご確認ください。

【鈴木崇久 会長エレクト】

会長エレクト研修セミナーで配られたバッチを皆さんのポストに入れておきました。5 月 11 日 (木)、職場見学会の交通手段はワゴン車 2 台となります。

5 月 23 日 (日) 地区研修・協議会は、「美かの」のバスを利用させていただきます。7 時 30 分出発ですので時間厳守をお願いします。

【古川英希 ゴルフ幹事】

4 月 6 日 (木) の観桜会ゴルフコンペは 12 名の会員の皆さんに参加していただき楽しくプレーしました。4 月 17 日 (月) 地区大会記念ゴルフ大会に小泉会員、宮田会員と私で参加しました。

本日のプログラム

私と RC 勸柄純忠さん 『自己紹介』



生年月日:昭和20年9月29日(1945年)
 出生地:愛知県田原市(渥美半島)
 学歴:小学校、中学校、高等学校を
 当地で過ごす

大学:東京教育大学、体育学部体育

学課、体育心理学専攻 昭和43年3月卒業

職歴:昭和43年茨城キリスト教大学文学部助手
 として採用される(1968年)

その後ずっと茨キリー筋

非常勤講師:茨城大学工学部 19年間、教育学部
 10年間など

家族:妻(裕子)、娘二人、息子一人

住所:茨城県日立市大みか町

スポーツ歴

中学校:軟式野球部、時々陸上短距離から駅伝迄

高等学校:陸上競技部 短距離、5種競技

大学:陸上競技部(鳴かず、飛ばず)

社会人:陸上競技、硬式テニス、軟式野球、ソフトボール

趣味など

- ・ゴルフ:現在は週2ラウンドを維持している
- ・日本ミツバチの捕獲に挑戦(今年5年目)
- ・原木シイタケ栽培(4年目)収穫ははまだ少量
- ・ミニトマト栽培(毎年うまくいっている)
- ・釣り(ただいま休止中)等
- ・芝生づくりに挑戦、ベントは難しい高麗芝が当地には一番

ロータリーに入会して

入会:平成17年5月(2005年)18年目

入会の動機:当時の理事、理事長の勧め

定年になってもやめない理由:

なぜか居心地が良い、多くの人々との出会い、
 社会との接点として大切等?みんな平等、親分
 が出来ない、役員は一年交代、生き生きとして
 いる。何を話してもいい。

ロータリーの略歴:親睦活動、プログラム、クラ
 ブ管理運営、国際奉仕等の委員長、2011~2012
 年度会長

地区委員:2013-2018 青少交換委員(2期委員長)

近頃あったいいこと

ロータリーの友3月号の記事で友達と再会でき
 た。鳥取 RC 元会長油野利博君との電話再開。
 *ロータリーに入って後悔したことは何もなかつ
 た!!人生に潤いをもたらすいいクラブだと思ひ
 ます。もう少しお付き合いをお願い致します。

これからもよろしくお願いします。

会員卓話 額賀儀秀さん 『マンダラチャート 知っていますか?』



1 マンダラチャートとは

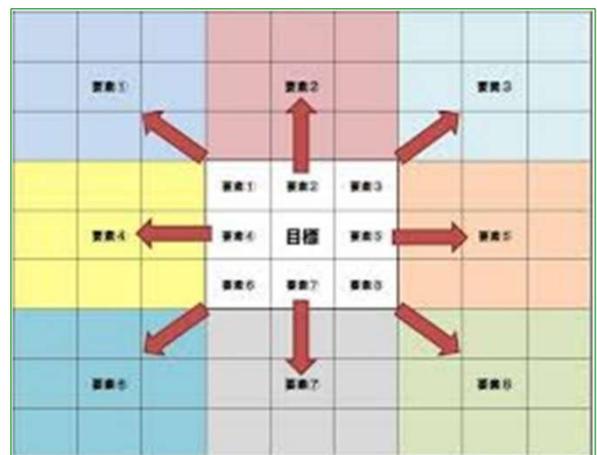
マンダラとは

仏教の開祖ブッダ(お釈迦様)が
 亡くなる際に、弟子たちがブッダの
 言葉を記憶して書き留めたもので、仏教の考え方

や教えを表現した
 ものが「曼荼羅」で
 す。曼荼羅は絵だ
 ったり、立体像だ
 ったり、時には砂
 で描いたりするも
 のですから、その
 視覚的効果で仏教
 の世界を人々に理
 解させたもの



マンダラチャートとは、名前が示す通り、曼荼
 羅のような模様に見えるチャート図のことであり、
 必要な事項や優先順位を見える化して、目標達成
 までの道のりを整理する働きがあります。大きな
 目標を達成するために有用と言えます。



2 大谷翔平とマンダラチャート

大谷翔平のプロフィール

非常に稀なピッチャーとバッターの二刀流とし

で活躍するプロ野球選手。1994年7月5日生まれ、193センチ。岩手県出身で、甲子園にも出場しました。高校卒業後はドラフト1位指名で北海道日本ハムファイターズに入団。入団翌年の2014年度には、プロ野球史上初めてとなる10勝・10本塁打を記録。2018年には、メジャーリーグのロサンゼルス・エンゼルスに移籍し日本のプロ野球だけでなく、現在はメジャーリーグでも「怪物」っぷりを発揮しています。

大谷翔平選手に「マンダラチャート」を教えた恩師・佐々木洋氏

大谷翔平選手がここまでの「怪物」となったのには、花巻東高校時代の監督・佐々木洋氏が大谷翔平選手に与えた「目標達成シート」が非常に重要な役割を果たしたといわれています。皆さんにお配りしたのが、大谷翔平選手が高校1年の時に書いたマンダラチャートです。

花巻東高校1年時に立てた目標達成表 (マンダラチャート)

体のケア	サプリメントをのむ	FSQ 90kg	インステップ改善	体幹強化	軸をぶらさない	角度をつける	上からボールをたたく	リストの強化
柔軟性	体づくり	RSQ 130kg	リリースポイントの安定	コントロール	不安をなくす	力まない	キレ	下半身主導
スタミナ	可動域	食事 夜7時 朝3時	下肢の強化	体を開かない	メンタルコントロールをする	ボールを前でリリース	回転数アップ	可動域
はっきりとした目標、目的をもつ	一言一塵しない	頭は冷静に心は熱く	体づくり	コントロール	キレ	軸でまわる	下肢の強化	体重増加
ピンチに強い	メンタル	寒風気に流されない	メンタル	ドラ1 8球団	スピード 160km/h	体幹強化	スピード 160km/h	肩周りの強化
波をつくらない	勝利への執念	仲間を思いやる心	人間性	運	変化球	可動域	ライナーキャッチボール	ピッチングを増やす
感性	愛される人間	計画性	あいさつ	ゴミ拾い	部屋そうじ	カウントボールを増やす	フォーク完成	スライダのキレ
思いやり	人間性	感謝	道具を大切に使う	運	審判さんへの態度	遅く落差のあるカーブ	変化球	左打者への決め球
礼儀	信頼される人間	継続力	プラス思考	応援される人間になる	本を読む	ストレートと同じフォームで投げる	ストライクからボールに投げるコントロール	奥行きをイメージ

3 マンダラチャートと私

12年前(2011年)自身のマンダラチャート作成
 目標「地域に必要とされる法人になる」
 実現できたこと、出来なかった事
 実現出来た目標

「5年ごとに新しい事業を開設する」

- 2011年 地域包括支援センター成華園開設
- 2016年 成華園福祉学院開校
- 2021年 地域密着型特別養護老人ホーム成華園サテライト開所

出来なかった事目標

「65歳で施設長を辞める」

65歳を機に施設運営はつぎの世代にわたしは法人と地域のパイプ役に！！しかし、現在66歳になりますが、いまだに施設長をしている。

4 まとめ

マンダラチャートを使うのメリット

- ①1つの目標を達成するために何が必要かをすごく細かく、具体的に考えるようになる。
- ②目標を細かく分析することで1つ1つ今日にも出来るものになっていく。
- ③1つ1つ行うことでその先にある目標に近づける自信を持てるのでぶれることなく行動が出来る。

5 元気がもらえる動画

大谷翔平 WBC 決勝戦前の伝説のスピーチ



閉会点鐘 山口憲生 会長

観桜会親睦ゴルフコンペ報告

古川英希ゴルフ幹事

4月6日(木)、グランドスラムカントリークラブにおいて、日立港RC恒例となっております『観桜会親睦ゴルフコンペ』を開催しました。今年は何年に比べ開花が早く、散り際の桜の中でのゴルフとなりましたが、会員12名が参加し和気あいあいと楽しいラウンドを行いました。成績は日立港RCゴルフコンペの慣例にならい、ペリア方式によるネットスコアにて算出した結果、今回の優勝者は実力どおり小泉会員、準優勝は最近ラウンドするたびに自己ベストスコアを更新する今野会員、第3位は佐藤邦裕会員、そして、当日賞は鋤柄会員がそれぞれ入賞しました。お楽しみ馬券については今回、1位-2位、小泉-今野で残念ながら的中者は出ませんでした。今回は馬券収入全額、12,000円をニコニコボックスに寄付しましたことを報告いたします。次回は5月21日(日)にOB会員も含めた休日親睦ゴルフコンペを予定しておりますので多数のご参

加をよろしくお願ひいたします。



地区大会記念ゴルフ大会参加報告

古川英希会員

4月17日(月)、つくばみらい市の名門、筑波カントリークラブにおいて、国際ロータリー第2820地区大会記念ゴルフ大会が、県内各RCクラブより総勢約140名が参加し開催されました。当日は晴天に恵まれましたが、日中は風が強く難しいコンディションとなりましたが、同伴の他クラブの方々と親睦をはかりながらの楽しいラウンドとなりました。当クラブからは、宮田会員、小泉会員、古川の3名が優勝を狙い参加しましたが、新ペリアのハンデには恵まれず優勝は逃しましたが、強運にも、小泉会員が10位入賞、私が40位の飛び賞、宮田会員が55位の飛び賞と全員が入賞し、見事に賞品をいただくことができました。来年は、4月16日(火)、名匠井上誠一氏設計のシーサイドリンクス、大洗ゴルフ倶楽部で開催予定です。1年間練習し次回は上位入賞できるよう頑張りたいと思います。



今週の会場の花

“スプレーカーネーション” 花言葉：温かい心

今後のスケジュールのご案内

- 5月4日(木) 休会 (みどりの日)
- 5月11日(木) 例会 12:30~
「会員卓話 笹尾 光さん」
- 5月18日(木) 例会 12:30~
「会員卓話 五末美奈さん」
「私とRC 根本成二さん」

編集後記

3月に妻と二人で南房総に行ってきました。旅行割を使ってお得な旅でした。初日は終日雨で、宿泊先の館山への移動のみ。2日目は快晴で、房総フラワーラインを中心に、車に積んでいった自転車でサイクリング。約40kmをあちこち巡りながらのんびりと走りました。ちなみに館山カントリークラブの周辺を走りましたが、すごく開放感のあるゴルフ場でした。3日目は車で鋸南町に移動し、東京湾フェリーの発着地である金谷港近辺に駐車して、千葉の名峰、鋸山(のこぎりやま)を歩いてきました。低山ですが、石切り場跡のインダストリアル感と、東京湾越しに見る富士山の絶景ポイントとして有名です。この日も天気にも恵まれ、8km弱の山道を3時間半程度かけて歩きました。妻との旅行はいつもこんな感じで、運動部の合宿のようになってしまいます。体が動くうちはこれでよいかなと思っています。



鋸山展望台からの東京湾。対岸は横須賀、左側奥に富士山がうっすら見えます。(き)

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
木村昌永 五末美奈 平田伸一
中野紀子(事務局)

URL：<http://www.hitachi-ko-rc.com>

E-mail：info@hitachi-ko-rc.com