

ロータリーの友

ロータリーの友5月号 第69巻 第5号
令和3年5月1日発行(毎月1回1日発行) 通巻820号
昭和28年1月創刊 昭和43年4月23日第3種郵便物認可
発行所 一般社団法人ロータリーの友事務所

Rotary

JAPAN

www.rotary-no-tomo.jp

5

2021
MAY

VOL.69 NO.5

青少年奉仕月間
あなたのエールで輝く若人

侃侃諤諤⑦
新型コロナ体験
得たこと 失ったこと

Rotary





第2800地区 地区大会(2019年) ©ロータリー

ロータリーと共に

インスピレーションを 生み出そう

教育を受ける権利をみんなが有していると、ロータリーは信じています。世界中で活動する100万人以上の会員が、奨学金やボランティア活動を通じて、明るい未来をもたらしています。「世界を変える行動人」である私たちが目指すのは、次世代にインスピレーションを与えること。Rotary.orgからあなたもご参加ください。

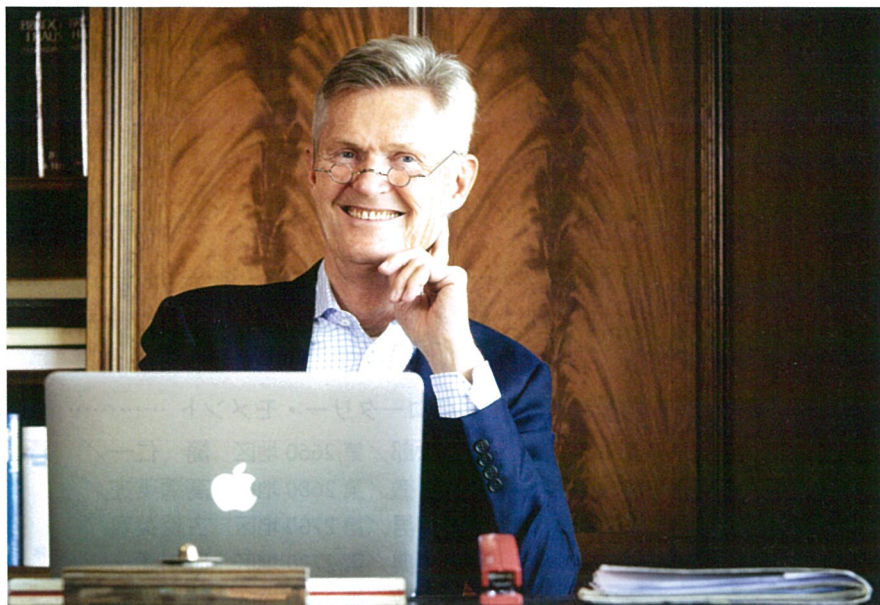
Rotary



世界を変える行動人

PRESIDENT'S MESSAGE

SAMUEL ZUDER



妻のスザンヌと私は長年、ロータリー青少年交換学生の実習生としてホストファミリーを務めてきました。青少年交換は私にとってロータリーへの入り口になったプログラムということもあり、心から大切に思っています。新型コロナウイルスから学生と家族の安全を守るため、このプログラムが2022年6月まで休止となったのは、特に参加者のことを思うと残念でなりません。若い時間というのはかけがえのないものだからです。これまでこのプログラムのために尽力してくれた役員、ホストファミリー、ボランティアの皆さんに感謝します。

未来に期待をし、現況のさまざまな懸念を考慮しながら、地区としてバーチャルで学生と世界を結び、そして地域社会を結ぶ交換を実施してはいかがでしょうか。

青少年交換に参加できない人にも、チャンスはあります。ロータリープログラムの一つ、新世代交換は18～30歳の青少年が個人、またはグループで地域社会の奉仕活動に参加し、インターンとして経験を積むことができる素晴らしい機会です。ジンバブエのローターアクター、シムカイ・マシャラさんは、3年前にこのプログラムでラッツェブルクのわが家に滞在しました。

「新世代交換に申し込んだ時、人生を変えるような体験をすることになるとは思ってもみませんでした。このプログラムではそうした人生を変える体験や、さらにはそれ以上のものが得られました。早く失敗して、早く学んで、自分自身でいることの重要性を教えてくださいました。」

中でも忘れられないのが夕食時の情景です。お世話になったどの家庭でも私を温かく、優しく迎え入れてくれました。赤の他人がなぜこんなに親身になってくれるのだろうと、何週間も不思議に思ったものです。

このプログラムで出会った人々から、謙虚でいることの大切さを学びました。新しい文化を理解するようになり、人として私達を隔てているのは単に経験の不足であったり、勘違いだったりすることに気付きました。

社会人としても、エンジニアとしての自信が付きまして。さまざまな問題に取り組む団体の活動を見て、母国の問題に取り組むのは

自分が最もふさわしい、と気付いたのです。ドイツから帰国すると私は昇進を断り、会社を辞めて、独立しました。前ならこんな決断をする勇気はありませんでした。

ひとえにロータリー家族のおかげです。ドイツでお世話になった友人やメンター、ホストファミリーたちは、自分たちが私の人生を変えたとは思っていなかったのではないのでしょうか。でも今はそのことを知ってもらいたいと思います」

シムカイさんの人生は新世代交換で変わりました。あなたの人生も変わるかもしれません。ロータリーの会員なら誰でもいつでもこのような体験ができるのです。今月はぜひバーチャルな旅に出て、他のクラブのオンライン例会に参加しましょう。素晴らしい人々と出会い、新しい友人をつくる中で、世界にはいかに多様なロータリーがあるのか気付くことでしょう。

オンラインで築いたつながりを土台に発展させていきましょう。今後、また自由に行き来できる時が来れば、ロータリー友情交換プログラムで実際に交換を体験してください。あらゆる年齢層のロータリーの会員が参加できる、これもまた素晴らしいプログラムです。

現時点では直接的な対面が制限されています。しかし、ロータリーは常に機会の扉を開くことを私たちは知っています。つながりを取り戻したい、と希求する世界の期待に応えるため、コロナ禍の収束後にロータリーの交換プログラムを今までよりも活発に実施できるよう、今は準備を整えていきましょう。

HOLGER KNAACK

2020-21年度 国際ロータリー (RI) 会長

ロータリーの友
Home Page
www.rotary-no-tomo.jp

原文 (英語) はこちらから



シムカイ・マシャ
ラガ
ジンバブエ、ハラ
レウェスト RAC

RI RI 会長メッセージ 3

RI 会長 ホルガー・クナーク

特集 青少年奉仕月間 7

あなたのエールで輝く若人

米山学友 アブデルアール・アハメド（ハリーム）／
グローバル補助金奨学生 川合菜月

バギオ基金 16

フィリピンの若者の夢と希望を実現
日比の懸け橋 バギオ基金
(一財)比国育英会バギオ基金

- 6 ● ロータリーとは
- 33 ● コミック「ポール・ハリスとロータリー」⑪
- 42 ● パズル de ロータリー／詰め基
- 43 ● エバンストン便り
- 44 ● 2021 年国際大会 **RI**
- 44 ● 財団管理委員長からのメッセージ **RI**
- 45 ● お知らせ ロータリー衛星クラブ／『友』購読数の変更について／地区別クラブ数・会員数一覧表／『友』6月号主要記事予定
- 46 ● 表紙について／パズルの答え／詰め基の答え
- 47 ● 日本ロータリー分布図／奥付
- 48 ● 投稿規定／「私の宝物」原稿大募集！

侃侃諤諤⑦ 18

新型コロナ体験 得たこと 失ったこと Part 1

視点 ガバナーのロータリー・モメント 21

第 2650 地区 松原六郎／第 2660 地区 簡 仁一／
第 2670 地区 篠原 徹／第 2680 地区 高瀬英夫／
第 2690 地区 菊池捷男／第 2700 地区 古賀英次／
第 2710 地区 脇 正典／第 2720 地区 硯川昭一／
第 2730 地区 風呂井敬／第 2740 地区 花島光喜

Rotary projects around the globe 26

世界中のロータリープロジェクト **ROTARY 5 月号から**

よねやまだより 28

米山から世界の町へ⑦ ナイジェリア・ラゴス

大人の着こなし図鑑 ⑪ 30

衣替えの準備

PICK OUT PROJECT 32

クナーク会長が例会にやってきた
東京米山友愛 RC

地区大会略報 III 40

第 2680 地区／第 2760 地区／第 2720 地区

NEW GENERATION 41

インターアクター 小倉弥夕／ローターアクター 渡辺弦樹

一般社団法人 ロータリーの友事務所
〒105-0011 東京都港区芝公園 2-6-15 黒龍芝公園ビル 4 階
Tel. 03-3436-6651 Fax. 03-3436-5956
編集部メール hensyu@rotary-no-tomo.jp (本誌の内容・投稿)
管理部メール keiri@rotary-no-tomo.jp (購読・注文)

ロータリーの友 
Home Page 
www.rotary-no-tomo.jp



5月は青少年奉仕月間です



5月は青少年奉仕月間です。ロータリー財団のグローバル補助金奨学生として国際公衆栄養学を学んだ川合菜月さんは現在、国際医療NGO・ジャパンハートの一員として、カンボジアで子どもたちの命を救う活動に従事しています(特集P7～15)。

ロータリーの友
委員会

委員長 鈴木 宏 (宇都宮北)
副委員長 高野孫左エ門 (甲府)
RI理事 辰野 克彦 (東京西)

特別顧問 安平 和彦 (姫路)
片岡 信彦 (土浦南)
橋本 長平 (京都東)
清水 良夫 (横浜)
片山 主水 (名古屋東南)
顧問 吉田 潤司 (釧路)
古川 静男 (松本西南)
四宮 孝郎 (大阪西南)
若林 英博 (東京麹町)
三浦 真一 (東京八王子西)
相談役 神崎 正陳 (茅ヶ崎湘南)
上野 孝 (横浜)

地区
代表委員 2500 長谷川周作 (富良野)
2510 丹羽 祐而 (札幌手稲)
2520 吉田 和洋 (花巻)
2530 神山 英司 (郡山)
2540 桑山 教善 (大館南)
2550 蜂巣 貞美 (大田原)
2560 斎藤 三善 (村上岩船)
2800 梅津 勇 (米沢中央)
2830 小野 晶子 (八戸北)
2570 五十幡和彦 (行田さくら)
2580 中村 伸治 (東京東久留米)
2590 桑原 薫 (横浜港北)

2600 西田 不折 (上田西)
2610 早川 勇 (高岡北)
2620 浅野 秀浩 (静岡)
2750 粕谷 啓之 (東京調布むらさき)
2760 尾本 和弘 (名古屋東南)
2770 梶間 順子 (浦和中)
2780 神谷 一博 (湯河原)
2790 吉田 理愛 (勝浦)
2820 杉田榮一郎 (牛久)
2840 小暮 雅丈 (館林)
2630 二木公太郎 (高山中央)
2640 坂東 桂子 (岸和田東)

2650 松木 延倫 (福井フェニックス)
2660 木村 芳樹 (大阪南)
2670 真屋 正明 (高松北)
2680 嶋田 幸直 (西脇)
2690 臼井 英治 (岡山西)
2700 松岡 康広 (柳川)
2710 東 佳範 (防府)
2720 毛利 浩一 (熊本江南)
2730 深尾 兼好 (鹿児島西)
2740 山下 義則 (鹿島)
編集長 野崎 恭子

ロータリーとは

ロータリーの誕生とその成長

20 世紀初頭のシカゴの街は、著しい社会経済の発展の陰で、商業道徳の欠如が目につくようになっていました。

ちょうどそのころ、ここに事務所を構えていた青年弁護士ポール・ハリスはこの風潮に堪えかね、友人 3 人と語って、お互いに信頼のできる公正な取引をし、仕事上の付き合いがそのまま親友関係にまで発展するような仲間を増やしたい、という趣旨でロータリークラブという会合を考えました。ロータリーとは集会を各自の事務所持ち回りで順番に開くことから名付けられたものです。

こうして 1905 年 2 月 23 日にシカゴロータリークラブが誕生しました。

それからは、志を同じくするクラブが、つぎつぎ各地に生まれて、国境を超え、今では 200 以上の国と地域に広がり、クラブ数 36,598、会員総数 1,190,766 人（2021 年 3 月 18 日 R I 公式発表）に達しています。

そして、これら世界中のクラブの連合体を国際ロータリーと称します。

このように、歴史的に見ても、ロータリーとは職業倫理を重んずる実業人、専門職業人の集まりなのです。その組織が地球の隅々にまで拡大するにつれて、ロータリーは世界に眼を開いて、幅広い奉仕活動を求められるようになり、現在は多方面にわたって多大の貢献をしています。

日本のロータリー

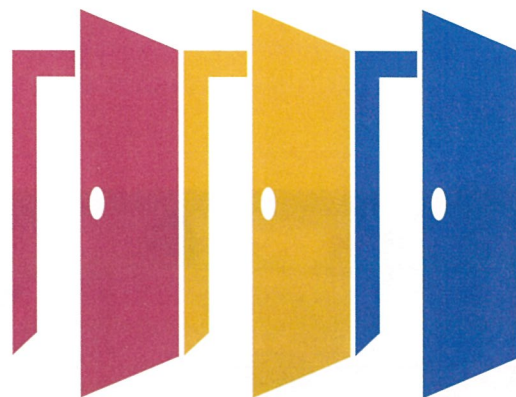
わが国最初のロータリークラブは、1920（大正 9）年 10 月 20 日に創立された東京ロータリークラブで、翌 1921 年 4 月 1 日に、世界で 855 番目のクラブとして、国際ロータリーに加盟が承認されました。

日本でのロータリークラブ設立については、ポール・ハリスの片腕としてロータリーの組織をつくり、海外拡大に情熱的に取り組んだ初代事務総長チェスリー・ペリーと、創立の準備に奔走した米山梅吉、福島喜三次などの先達の功を忘れることができません。

その後、日本のロータリーは、第 2 次世界大戦の波に洗われて、1940 年に国際ロータリーから脱退します。戦後 1949 年 3 月になって、再び復帰加盟しますが、この時、復帰に尽力してくれたのが国際ロータリーの第 3 代事務総長ジョージ・ミーンズでした。

その後の日本におけるロータリーの拡大発展は目覚ましいものがあります。ロータリー財団への貢献も抜群で、今や国際ロータリーにおける日本の地位は不動のものになりました。現在、日本全体でのクラブ数は 2,237、会員数 86,071 人（2021 年 2 月末現在）となっています。

2020 - 21 年度 R I テーマ



ロータリーは機会の扉を開く

Rotary Opens Opportunities

ロータリーの目的

ロータリーの目的は、意義ある事業の基礎として奉仕の理念を奨励し、これを育むことにある。具体的には、次の各項を奨励することにある：

- 第 1 知り合いを広めることによって奉仕の機会とすること；
- 第 2 職業上の高い倫理基準を保ち、役立つ仕事はすべて価値あるものと認識し、社会に奉仕する機会としてロータリアン各自の職業を高潔なものにすること；
- 第 3 ロータリアン一人一人が、個人として、また事業および社会生活において、日々、奉仕の理念を実践すること；
- 第 4 奉仕の理念で結ばれた職業人が、世界的ネットワークを通じて、国際理解、親善、平和を推進すること。

四つのテスト

言行はこれに照らしてから

1. 真実か どうか
2. みんなに公平か
3. 好意と友情を深めるか
4. みんなのためになるか どうか

特集 青少年奉仕月間

あなたのエールで 輝く若人





ハリームさんが企画した「恩返しエジプトツアー」に参加し、古代エジプトを満喫するロータリアン

米山学友

アブデルアール・アハメド (ハリーム)

1986年エジプト・ルクソール生まれ。ファイユーム大学卒業後、2010年に来日。奨学期間：2013年4月～15年3月。世話クラブ：大東中央RC（大阪府）。2018～20年度よねやま親善大使。現在、早稲田大学大学院博士後期課程文学研究科考古学コース専攻、在学中。日本国家資格学芸員。



国際平和のために 異文化理解の第一歩から

日本の大学で母国エジプトの考古学を研究する傍ら、観光ガイド、アラビア語講座、エジプト文化講座などの活動を展開。母国エジプトを通じた文化的交流を続けるハリームさんに、異文化交流の原点について聞きました。

聞き手＝編集部

その後、私は勉学に励み首席で専門学校を卒業。大学に進学しました。ここでは日本のこと、そしてエジプトの歴史を学び、その後、関西大学に留学しました。

米山奨学金を受け、よねやま親善大使もされていました。ロータリーの世界に触れた印象はありますか？

関西大学大学院修士課程の時に米山奨学生として採用され、ロータリーとの関わりがスタートしました。

初めはアルバイトの時間を減らし、勉強に専念できることに、ただ感謝していました。ところが、クラブの例会に参加することで私の意識が変わり始めました。ロータリーの活動を知り、自分も社会に貢献したいと思うようになったのです。そこで、ゆとりができた時間をボランティア活動に充ててみることにしました。具体的には子どもとの交流会に参加したり、アラブやエジプト文化の紹介イベント、アラビア語のレッスンも開始。

また、ロータリー青少年指導者養成プログラム（RYLA）も経験。その後、地区のTeam RYLAに参加して、運営側としても関わりました。

ロータリーの世界に触れたことがきっかけで、私の視野はとても広がりました。少しでも感謝をお返ししようと、よねやま親善大使にも応募。活動の中で、奨学金を得た奨学生がその後どのように社会貢献しているかを伝えてきたつもりです。留学生への支援が、巡り巡ってどのように社会に還元されているかについて、皆さんに少しでも伝わっていたらうれしいです。

大学ではエジプト考古学を専攻し、その専門知識を使って、さまざまな場でエジプト文化を知ってもらうための活動をされていますね。具体的にはどのような活動がありますか？

そうですね。まず関西大学在学中に、さらにエジプト

日本に興味を持ったきっかけを教えてください

子どもの頃の夢は、サッカー選手でした。ずっと練習に励んできましたが、一番の応援者であり理解者であった父の急死をきっかけに、別の道に進まざるを得なくなりました。専門学校へと進学し、観光学を専攻。インターンで五つ星ホテルで働いた経験が私の人生を変えることになります。

ホテルでは、受付から掃除までさまざまな業務を経験。ある日、レストランでの実習に参加した時のこと。buffet形式の朝食で並んでいる観光客を目にしたのです。エジプトには並ぶという習慣がありませんし、欧米の観光客も並ばないので、その光景を初めて目にした私は大変驚きました。そして、マネジャーに「彼らはなぜ食べ物の前で待っているのか？」と聞きました。すると、「彼らは日本人で、彼らの文化に『並ぶ』という習慣があるんだよ」と教えてくれました。彼らは、みんな笑顔であいさつし、とてもマナーが良く、感動しました。自分たちエジプト人もこの習慣を見習えば、より良い社会が築けるのではないかと。一瞬にして私は日本人に興味を持ちました。続けてマネジャーが言いました。「君はまだ若いから大学に進学して日本語を学んだらどうか。そうすれば、彼らの文化や習慣も学べるし、日本に留学できるかもしれない」……。



近所の子どもたちに、エジプト文化の紹介と象形文字（ヒエログリフ）を書く授業を実施。面白い形の文字を書くことができ、子どもたちは大喜び

* 古代エジプトで使われた3種のエジプト文字のうちの1つ

考古学について研究を深めたいとなりました。そう思っていた時、世話クラブの大東中央ロータリークラブ（RC）のロータリアンから、実際にエジプトで発掘を行っている早稲田大学がいいのでは？ と教えてもらい、博士課程に進学することができました。日本の調査隊はエジプトのさまざまな所で発掘調査をしているのです。

考古学という私の研究分野は、ちょっと浮世離れしているかもしれませんが、自分の研究が少しでも役に立てばいいなと思い巡らせていました。コロナ禍になり、まずはオンラインで伝えていく方法を考えました。アラビア語を教えるオンラインレッスンは、個人レッスンのほかグルプレッスンも行っています。「古代エジプトの不思議を大発見！」というタイトルで古代エジプト考古学を伝える YouTube も始めています。

また、お世話になった人に何か恩返しできないかと思っていたところ、大東中央RCの大和田雅江会員からエジプトへ行きたい、と言われたことがきっかけとなり、「恩返しエジプトツアー」を企画・実施しました。大変喜んでもらえて、私もうれしくなり、その後、講演活動などでお世話になったロータリアンを中心に、2回目のエジプトツアーを募集。ロータリアンとその家族に参加

していただき、2020年に2度目のツアーを開催できました。

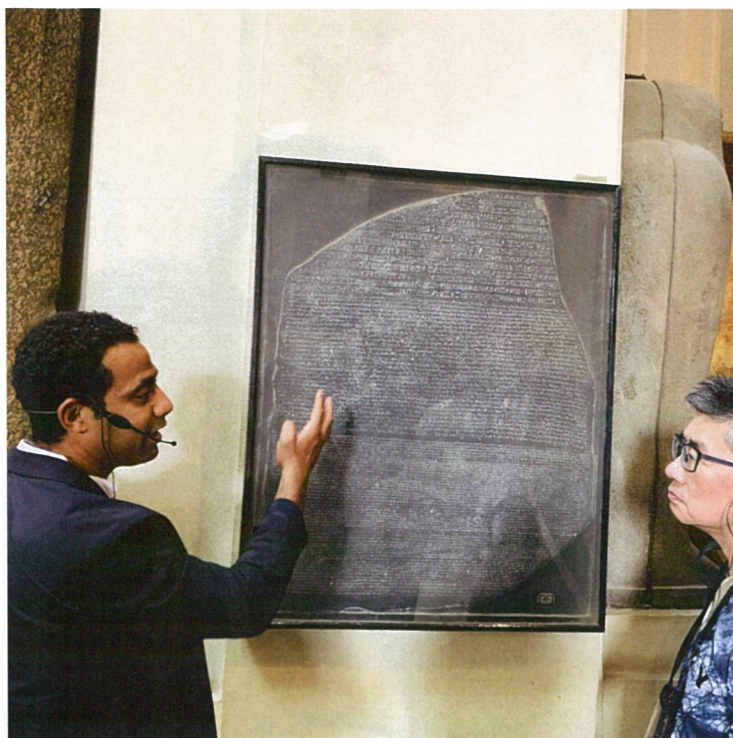
今はコロナの影響で実施することができませんが、今後状況が落ち着いたら、またツアーを再開したいと思います。

教育に力を入れるのには何か理由があるのでしょうか？

ロータリーに触れたことで、私の視野が広がり、社会へ貢献するという目標ができたように、教育には未来を変える力があると信じています。特に、若い世代への教育が変われば、未来は開けます。世界がますますボーダーレスになる一方で、環境問題など世界的な課題に直面している今、地球規模で考え、実際に行動していける人材が求められていると感じます。

エジプトの近況について教えてください

2011年に中東・北アフリカ地域の国々で起こった民主化運動「アラブの春」では、エジプトで長く続いていたムバラク政権が崩壊。国の情勢は大きく変わりました。以降少し変化が止まっていますが、人々が立ち上がり行動を起こすことで何かが変わる、ということを世界に証



左 紀元前 200 年頃に出された勅令が刻まれたロゼッタストーンのレプリカを前に解説するハリームさん。ロータリ안의知的好奇心を刺激するツアーとなった

右 東京都内の学校で異文化理解のための講義を実施。さまざまな国の人が講師を務めた



地域を元気にする活動をエジプトから。いずれはアラブ諸国にも広げたい。

明できました。

エジプト人は今、変わろうとしています。もちろん自分たちのためですが、それが世界のためにもなるように、常に平和的解決の道を歩んでいかなければなりません。そのためにも教育はとても大切です。

最後に将来の夢を語ってください

エジプトの教育は学歴偏重な部分もあり、まだ

課題が多く残っています。私は大学教授となり、エジプトの教育を変えていく存在になりたいと思っています。繰り返しになりますが、教育を改善し、次世代の人材を育てていくことこそが、世界平和の第一歩だからです。

実はその一歩として、インターナショナルスクール設立に向け動きだしていましたが、新型コロナの影響もあり、全て停滞し白紙に戻ってしまいました。コロナ禍に負けずに、少しずつでも教育に関与して、社会に貢献していきたいと考えています。それが最終的には、世界の平和へとつながるように。

夢は、世界平和です。

ハリーム先生の 古代エジプト豆知識

古代エジプト発祥で意外なものといえば？

答えはビール！ 世界で初めてビールを醸造したのはエジプトではないかといわれており、その歴史は先王朝時代（紀元前 3,800 ～ 3,600 年頃）までさかのぼります。紀元前 20 世紀頃の壁画には、ビールを醸造する様子や、宴会で嘔吐する女性、酔いつぶれて運ばれる人々の姿を見ることができますよ。



壁画などに横顔が多いのはなぜ？

体と目は正面、顔が横なのは「体の強さと顔の美しさを強調するため」という説や、「芸術美、神とのコミュニケーションに関係」など、諸説あります。



ミイラはどうやって作る？

処理に 70 日ほどかかったことが分かっています。作業は解剖学の知識が必要であったため、特別な神官たちによって行われていました。遺体を洗浄し腐敗が早い脳や内臓を取り除きます。取り出された臓器はそれぞれ特別な箱や壺に入れ、墓地で共に埋葬します。防腐処理にはナトロンという炭酸塩鉱物を使います。これは塩の一種で、優れた乾燥特性を持ちます。ナトロンで遺体を覆い、水分がなくなった頃に軽く洗い流し、目などくぼんだ部分にはリネンなどを詰めて形を整えました。





乳幼児健診で離乳食指導を行う

グローバル補助金奨学生

川合 菜月 (かわい なつき)

1994年生まれ。大分県出身。2018—19年度ロータリー財団のグローバル補助金奨学生としてイギリス・ウェストミンスター大学院で国際公衆栄養学を専攻。現在、国際医療NGO・ジャパンハートカンボジアが運営する小児病棟で栄養管理部マネジャーを務める。



みんなと一緒に笑顔の食事 食が与える幸福の力

「家族と一緒においしい食事を取り、笑い、おなかいっぱい眠りに就く」。そんな世界共通の幸せを実現すべく、味覚も食文化も異なるカンボジアの医療センターで、子どもたちのために奮闘する若き栄養士を紹介します。

大学生時代、多くの国際活動に参加されていますね？

学部時代は東南アジアやアフリカを中心にボランティアやインターンシップに参加しました。きっかけは大学1年生の夏休みにインドのボランティア・ツアーでスラムの子どもたちと交流したことです。それまで貧しい、かわいそうというイメージを抱いていましたが、子どもたちは想像していたよりもとても明るくキラキラとしていたのが印象的でした。道端に家族や友達と座ってみんなが笑顔で食事をしていたことが忘れられません。食が人々に与える幸福は、国や環境が違って同じだと感じました。これをきっかけとして、私は途上国の栄養課題に目を向けるようになりました。

この課題に対する答えを探すため、ベトナム、セネガルなど世界各国で活動し、途上国の栄養状態改善には、知識だけでなく包括的な視点、彼らを取り巻く多様な要因への対処能力が必要と実感しました。

そのような途上国の栄養課題について専門的に学べる大学院は当時は国内にはなく、海外でも数校だけ。途上国の栄養改善に特化し、現場経験を持つ教授が多い、ウェストミンスター大学院への進学を選びました。

専攻の国際公衆栄養学とはどのような学問ですか？

国際公衆栄養学は、英語で「Global Public Health Nutrition」といい、公衆衛生の視点で栄養課題を解決する学問、といえます。日本で栄養というと病院や医療の分野が扱うという印象が強いですが、公衆栄養学は社

会学寄りの視点からの研究となります。地域の栄養状態が悪い要因は何なのか？ 地理や農業、衛生環境などを総合的に分析し、国際機関や政府と連携して解決に導いていく分野です。

ロンドンでロータリーとの関わりはありましたか？

ウェストミンスター・インターナショナルRCの方々はとても温かく迎え入れてくれました。留学中は、同じくグローバル奨学金で留学している世界各国の友人と出会えました。彼らは「重点分野」のいずれかを専門とし、国籍や専門分野は違えど、「世界を良くしたい」という共通の思いを胸に、イギリスで勉学に励んだ仲間です。そんな人たちと出会えたことは、私の人生の中で本当に大きな財産になりました。

大学院で専門知識を身に付けた後の目標は何でしたか？

子どもと寄り添って働きたいと思いました。農村部で暮らしながら現地語を習得して、現地の人と同じ目線で課題に向き合っていきたい。そんな思いが強くなったのです。

また、公衆栄養学はデータを扱い、数値を見て「介入効果があった」「死亡率が減った」と、ある意味無機的に分析・評価する学問でもあります。ただ、数字の裏にはそれぞれの子どもの成長があり、それを見守って一喜一憂する家族の姿もある。ロンドンで勉強しながら、そんな「顔」を見ないまま大きな事業の評価を進めることに、疑問を感じるようになっていたのです。

現在所属されている国際医療NGO・ジャパンハートでのお仕事についてお聞かせください

カンボジアの首都プノンペンから約1時間のカンダール州に「ジャパンハートこども医療センター」がありま

医療設備はもちろん、高度な医療が必要な小児がん。日本では適切な治療で約8割が助かるといわれるが、カンボジアでは2割程度にとどまる。高額な治療費が払えず命を失っていく子どもたちも多かったが、病院の設置により、約半数の子どもたちが回復し、退院していく



す。そこで栄養管理部マネジャーとして、6人のカンボジア人スタッフと共に、小児がん患者への給食提供、栄養管理や衛生指導などを行っています。

当院は、患者に無償で治療を提供しており、これまで多くの子どもたちの命を救ってきました。

カンボジアと日本では状況が大きく異なりそうですね

カンボジアには給食を提供する病院はほとんどありません。国内に栄養について理解している人は少なく、栄養士がいない国ですから、栄養事業を立ち上げること自体が難しく、栄養とは何か、なぜ病院に必要なのか、を分かってもらうまでに時間がかかります。これは現地の方だけでなく一緒に働くスタッフも同様です。スタッフの平均年齢は私より8歳ほど上。加えて現場で日本人は私一人。しかもスタッフは一人を除いて現地の言葉(クメール語)しか話せないため、私が言葉を覚えながらマネジャーとしての役割を果たそうとしています。

患者の皆さんは私のことを「ごはんの先生」と呼んでいます。栄養のことを、「元気に過ごすパワーをくれるごはん」と説明すると、理解してくれました。そのような状況の中、カンボジアにない「栄養」の概念を軸とする活動を軌道に乗せるべく奮闘中です。

現地で感じることは何ですか？

私たちは医療団体として関わりますが、食事や栄養と

いうものは国の文化や習慣から切り離せません。海が少なく湖を囲むカンボジアは、タンパク源として淡水魚を多く摂取し、その臭みを消すために多種多様なハーブを使用して独特の味付けに仕上げます。住民の多くが第1次産業に従事し、盛んな米産業から、白米中心の食事形態を作っています。地理や歴史、その国の文化が作り上げた食事概念を、外部から来た私たちが全て理解するのは難しい側面があります。拙速に「こっちの食材が栄養面で適している」「そのやり方はよくない」と介入することは好ましくないでしょう。

既存の食文化、現地の衛生環境にどれだけ配慮しながら私たちが考える適切な栄養管理に近づけていくのか。それには、この国に対する深い理解と尊敬の念を持つことが大切だと感じています。現状としてあるものを変えるのではなく、共に働く現地スタッフと信頼関係を構築し、共同で新たな方向性を作り、歩んでいく姿勢を持つことを、日々意識していく必要があると思っています。

活動はボーダーレスでありつつも、現地を尊重すべき部分も重要だと。支援の可能性はより広がっていますか？

国境を越えて自由に働ける時代である今、日本では10くらいしか役に立たないことが、カンボジアだと100、アフリカだと1,000かもしれない。夢を追いつけ、勉強できる環境に生まれた全ての人たちが、自分の能力



左 子どもたちと一緒に笑顔あふれるフィリピン滞在時。
バックパッカー時代は世界を2周し52カ国を訪れた
右 留学先の大学院で初めてのプレゼンテーション。デンマーク、ヨルダン出身のクラスメートと力を合わせて、高い評価をもらった



ザンビア共和国で見たチーター



バックパッカーなつきの こんなところがカンボジア

多彩なハーブでおしゃれ料理

給食センターには毎日たくさんのハーブが届きます。見たこともない草や、それ食べられるの？と思う花まで。淡水魚、アヒル、カエルはハーブと合わせておいしく調理できますよ。

虫や爬虫類も大切なタンパク源

アリやイナゴ、タランチュラ、ヘビやカエルなど、日本では見慣れない食材も市場に並んでいます。どれも大切なタンパク源としてカンボジアの食卓で親しまれています。

風の強い日、あちこちで、たこが揚がる

乾期の終わり頃、心地良い風が吹く時期があります。そんな時あちこちでたこの露店が出現。子どもたちがたこを持って走り回るのはカンボジアの風物詩。懐かしくなるような光景です。

「長崎は今日も雨だった」が人気曲

カラオケの時、歌って！とお願いされるのは「長崎は今日も雨だった」。カンボジアでアレンジされているそうで、みんな知っています。日本人として「知らない」では済まされません。平成生まれですが、特訓中です！

その国への理解と尊敬の念を持つこと。変えるのではなく、現地の人に寄り添い共同で新たな方向性を作る姿勢を大事にしたい

を生かし、世界中の、目に見えにくい場所の弱者に寄り添う支援に関われる世の中になってほしいです。

最後に、川合さんの今後のビジョンを語ってください

誰の目も届いていない地域に赴くのが私の役目です。一人でも多くの子どもを栄養失調から救い、おなかをすかせている子どもや、子どもを亡くして悲しむ人がこれ以上増えることのないように。

私は、マザー・テレサの言葉「Go home and love your family (家に帰って家族を愛しなさい)」が好きです。最下層で暮らすインドの子どもたちが、家族と一緒に食事をしている時の笑顔はずっと忘れられません。人として成功の単位は収入や地位かもしれないけれど、幸せの最小単位は、愛や笑顔など数字で表せないもの。そんな家族の愛や子どもの笑顔を守るために、これからも栄養を通じて、大学1年生の夏休みに交流した時のような、当たり前前の幸せを保っていける社会をつくりたいです。

Annotation

＊重点分野 ロータリーでは「平和構築と紛争予防」「疾病予防と治療」「水と衛生」「母子の健康」「基本的教育と識字率向上」「地域社会の経済発展」「環境」の分野に重点を置いた活動が推奨されています。ロータリー財団グローバル補助金を活用する際は、この重点分野の少なくとも一つに一致した活動である必要があります。

フィリピンの若者の夢と希望を実現 日比の懸け橋 バギオ基金



日本のロータリアンの後援を受け、一般財団法人比国育英会バギオ基金によって運営されているバギオ基金。日比両国の友好親善を目的に、育英資金や日本への留学の機会を提供しています。今回はバギオ基金の基本を（一財）比国育英会バギオ基金に伺いました。

バギオ基金 Q&A

誰が誰に対して支援をするプログラムですか？

フィリピン北部ルソン島にある都市・バギオの日系および一般青少年に対して支援を行っています。

なぜロータリアンが関わっているのですか？

1977年、バギオを訪れた日本のロータリアンが、日系人の子どもの教育に心血を注ぐ日本人、故シスター・テレジア海野の活動を知ったことがきっかけです。シスター海野は、戦後、バギオで迫害を受けていた日系人を支援しようと組織をつくり、学生に奨学金を授けていました。1987年には奨学生のための「北ルソン比日基金」を設立しています。

シスター海野が行う活動に心を打たれたロータリアンらが、東京のロータリークラブに呼び掛け、当時のWCS（世界社会奉仕）活動の一環として、3年の準備期間を経て、1981年9月22日、バギオ基金を設立し

ました。創立総会にはシスター海野も出席しています。これが現在の比国育英会バギオ基金の始まりです。

奨学生の対象は？

フィリピンの日系および一般の若者で、高校生と専門学校生、大学生です。

奨学生は誰が選ぶの？

日本のロータリアンに代わって、提携先である北ルソン比日基金に選考してもらっています。なお、現地のバギオ・ロータリークラブ（RC）、バギオサマーキャピタルRCにも資金面で一部負担してもらい、選考に協力いただいています。

奨学生の選考基準は？

選考は、申請者の成績や学校の記録、性格、面接の内容、

家庭の経済状況などが考慮され、いずれの学生にも、将来的に日比両国の親善友好の懸け橋になってくれるような人を選考するよう、お願いしています。

奨学生は何人くらいいますか？

現役の奨学生は92人です。原則として一度奨学生になると、卒業まで奨学金が給付されます。当基金の性質上、現在は奨学生の55%が日系フィリピン人の学生ですが、少しずつ日系ではない学生の割合も増えています。これまで奨学金を受けた学生は累計で3,863人です。



写真左から時計回りに：日本で働くバギオ校友。選考面接を受ける申請者。奨学金申請者へのオリエンテーション

退任のごあいさつ

一般財団法人比国育英会バギオ基金代表理事・会長 多田 宏（東京神田 R C）

（一財）比国育英会バギオ基金の会長をお引き受けて2期、4年の歳月が経過しました。先輩ロータリアンたちの善意と努力に支えられつつ、1977年から四十数年の時間が流れ、日本とフィリピン両国の友好親善に多大なる足跡を残し現在に至っております。私の任務は今年度で満了しますが、これまで皆さまのご理解とご支援によって、何とかその大役を無事全うすることができました。心より感謝いたします。

支援の対象としていた日系フィリピン人の子孫たちも4世、5世、と代が替わり、奨学生の半数近くが日系ではないフィリピンの学生になりましたが、彼ら彼女らの日本に対する思いは大変大きく、この若者たちの夢と希望を実現させるための支援は尊い、と感じる次第です。彼らが成長し、日本とフィリピンとの懸け橋になってくれることは間違いないのでありまして、当会の存在意義は大変貴重である

と痛感しております。

今後ともどうか当会へのご支援賜りますようお願い申し上げます。退任に際してのごあいさつといたします。誠にありがとうございました。

（第2580地区2009－10年度ガバナー）



第40回バギオ訪問交流会で、北ルソン比日基金理事長のカルロス・B. 寺岡氏と固く握手をする多田氏（左、2019年2月）

フィリピンの学校年度や制度を教えてください

学校によって異なりますが、現地の公立学校は例年6月に新学期を迎え、3月に終わります。私立学校は7月始まりの5月終わり、段階的に8月始まりの5月終わりを採用している学校もあります。学校制度は、小学校が6年、高校が4年の6・4制でしたが、2013年の法改正によって、6・4・2制になっています。中学はなく、高校の前半4年がジュニアハイスクール、後半2年がシニアハイスクールとなっています。

奨学生と会う機会はありますか？

毎年2月ごろ、バギオの旅ツアーを開催しています。現地を訪れ、奨学生との交流会や家庭訪問、シスター・テレジア海野メモリアルホール（通称：アボン会館）訪問などを行っています。今年度はコロナ禍で中止となりましたが、来年度は開催予定です。

バギオ基金についてもっと知りたいです

バギオ基金についての卓話を行っています。また、どなたでも卓話ができるようにDVDの用意もあります。バギオ基金事務局までお問い合わせください。

バギオ基金への寄付は幾らからできますか？

バギオ基金への寄付は、随時寄付と、維持後援者・維持後援ロータリークラブ制に基づく継続寄付による寄付があります。随時寄付・継続寄付はどちらも、個人法人共に3,000円から、ロータリークラブは1万円からとさせていただきます。継続寄付は6段階の分類を設けています。お申し込みと同時に初年度分の寄付金をお送りいただき、一定の金額を毎年継続して寄付していただく制度です。なお、当基金は公益財団法人ではなく、一般財団法人ですので、寄付金控除の対象とはなっていません。詳しくはバギオ基金事務局までお問い合わせください。

一般財団法人比国育英会バギオ基金事務局

Tel. 03-5367-1937 Fax. 03-5367-1938

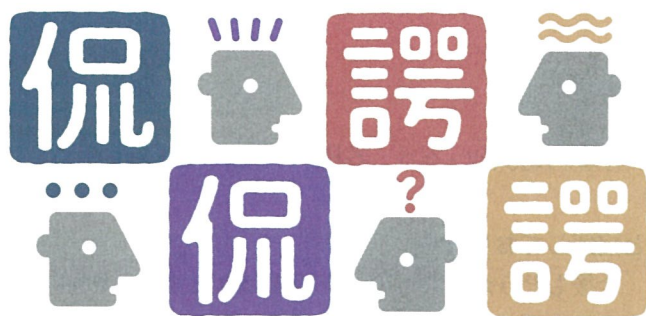
E-mail: baguiofund@eos.ocn.ne.jp

ウェブサイト: www.baguiofund.or.jp

●ご寄付をお寄せください

■銀行振込：三井住友銀行東京中央支店
（普通）8246604

■郵便振替：口座番号 00130-0-102022



あるテーマを基にご意見を交換するコーナー。「他のクラブはどうしているんだろう」「これって、常識なの？」といった素朴な疑問を、いま一度「侃侃諤諤（遠慮することなく議論）」しませんか？



**お勧めです
「会社の居酒屋化」**

平塚RC 鈴木 成一



**ロータリアンは
アマビエの仲間になろう！**

沼津北RC 小林 俊

私は電気工事業を営んでおります。従業員（普段は職人さんと呼びますが）には、お酒が好きな人がたくさんいます。

今までは、私も職人さんも、外で飲むことはストレス発散、情報交換にもなり、悩みを小さな芽のうちに摘み取れたり、大変重要な活動でありました。しかし1度目の緊急事態宣言以降、外で飲むのはできるだけ控えるよう再三アナウンスし、私自身も、「初めましての方とは会食しない」など、幾つかのルールを決めて自粛してきました。

コロナ禍で飲み会をしなくなり、さらに「今日はこんなに感染者が出た」というニュースに毎日さらされ、職場の空気が重くなるのが日に日に見て取れました。

そこで、会社を居酒屋にしてみようかと。

事務所2階にある私の執務室を「2階サロン」と称して開放し、テイクアウトのつまみとお酒を用意し、感染防止には十分留意して、懇親会を開いてみました。「会社で」「社長主催の」飲み会だと言うと、職人さんたちも家族の了解が取りやすく、毎週恒例となりました。

以前の私は社外の方々とのお食が主だったのですが、それがほぼなくなり、減った分が職人さんとの機会に振り向けられたので、コミュニケーションが質、量共に増えました。

ある職人さんからは「社長が外で忙しそうにしているのを少し寂しく感じていた」と吐露され、申し訳ないという気持ちと、ありがたいという気持ちが入り交じりつつ、今後の反省材料としたところ です。

外で飲めるようになるのが本望ですが、会社の居酒屋化もお勧めしたいです。

（第2780地区 神奈川県）

静岡第2グループでは、今年2月21日に開催予定だったインターシティミーティング（IM）を中止した。オンラインでの開催を検討したが、「集まって開くもの」という考え方もあり、踏み出せなかったのは残念だ。

そんな中、個人的には、書店で平積みされていたコロナ関連図書中、『疫病と世界史』（ウィリアム・H・マクニール著、佐々木昭夫訳／中公文庫 上・下巻／2007年刊、原著は1976年刊）に出合えたのは幸運だった。

人類の発生と分布の拡大、あまたの文明の興隆と衰退に与えた疫病の影響など、多くの文化系の歴史家にとっては考慮外の、宿主と寄生体^{しゅくしゅ}の関係の重要さが詳述されている。浅学にして目からうろこが落ちる思いだ。

全く免疫のない集団には、ありふれた小児病（はしかなど）も激甚な疫病として災禍を及ぼすこと、新大陸に侵攻したスペイン人がわずかな人数でアステカ、インカ文明を滅ぼしたのは、彼らが持ち込んだ天然痘が細菌兵器の役割を果たしたためで、いわゆるインディオの人口が9割減ってしまったなど、歴史への影響が分かる。

日露戦争では、日本軍兵士の予防接種が勝利をもたらした一因とされる。軍隊は特に密になる集団で、戦死より戦病死が多いのは当たり前だったが、この後、世界中の軍隊が予防接種をするようになったという。

微生物の寄生をミクロ寄生、武力集団や社会的強者が食料生産者から搾取するのをマクロ寄生と規定し、相似であるという。すると地球上の最大の疫病はヒトということになる。

スペイン風邪の例から見れば、新型コロナは最長3年で終息する。ロータリアンはコロナ禍を生き抜き、ポリオを根絶して、疫病ではなく、疫病退散勢力に、アマビエの仲間になろう。

（第2620地区 静岡県）



侃侃諤諤⑦

新型コロナ体験 得たこと 失ったこと Part1

新型コロナ感染拡大を体験して、「在宅勤務で家族との会話が増え、絆が強まった（逆に、悪化した）」「本を読む時間が増えた」「会食が減った」など、得た（失った）ことを伺いました（6月号に続きます）。

そうだ、本を書こう！

高崎 R C 田中 久夫



新型コロナの影響で、めっきり外へ出ることがなくなり、自室で本を読むことぐらいしか時間つぶしができなくなった。

ある日、本を眺めながらハッとひらめいた。

「そうだ、本を書こう」「できたら、ロータリーに関係するものいいな」「解説書や入門書の類いは難しいから、自分の体験をまとめた読みやすいものにしよう」「会員増強の部分をタププリ入れよう」「恥をかくかもしれないけど、本をかくのも悪くはないよね」

と、独りでほくそ笑んだ。

それから数カ月後、本が完成した。タイトルは『ロータリークラブに入ろう！』とした。店頭に並ぶのは今年の6月ごろ。出版社は幻冬舎で幻冬舎ルネッサンス新書。価格は調整中。1,000円くらいかな？ 皆さん、ご期待ください！

（第2840地区 群馬県）

ニューノーマルなロータリー
に変化する良い機会では

伊豆中央 R C 長友 範充



新型コロナ感染症が確認されてはや1年以上、コロナに翻弄され続けた今年度です。その状況は現在でも大差ありませんが、少し出口の光が見えてきたように感じられます。

今回のコロナ禍は社会的、経済的に大きなダメージを与えています。ロータリーにおいても例会などで直接交流する機会は消失し、事業も多くが中止となりました。

デメリットばかりが語られがちですが、よく考えるとそれらは一時的なことで、失われたものは多くはなく、それよりも得たものが多いと考えた方がよいと思われます。

一つはIT活用の促進です。Zoomなどによるリモートでの会議や研修は、今回のコロナ禍がなければこれほど普及しなかったはずですが。クラブ定款・細則の改訂も大きく進みました。また、人のいろいろな面を知ることができたことも、自分にとっては深く考えさせられることでした。そして、これだけ発達しているかにみえていた現代社会がいかにもろいものであるか、ということも十分認識させられました。

多様性、公平さ、開放性（DEI）が求められ、変化を推進するロータリーにとって、ニューノーマルなロータリーに変化する良い機会である、と捉えることが正解ではないでしょうか。

（第2620地区 静岡県）

41年継続の清掃活動が中止。
しかし、初めて開いた作文コンクールに……

札幌幌南 R C 和田 壬三



地元の浜辺がごみであふれ、海の中まで汚染されている状態を目にして、1979年、浜辺と海をスポーツやレジャーの場として利用している多くの仲間呼び掛けで、ボランティアの市民団体「浜辺と海をきれいにする会」を結成。以来41年間、多くのロータリアン、特に札幌手稲ロータリークラブの丹羽祐而会員には会長として協力を頂きながら、台風直撃されて道路が冠水しようが、必ず年1回、平均で約1,500人の市民が石狩浜に集い、清掃活動を続けてきました。

私たちは、拾ったごみの山を見た参加者に「ごみのポイ捨てをやめる心を育てる」とともに「ごみのあった場所を太陽の光や雨の降り注ぐ自然な状態に回復させ、地球環境保全の活動をしたと周囲に伝えて環境問題に目覚めていただく」ことを目的として活動してきました。し



かし、昨年は新型コロナの感染防止のため、断念せざるを得ませんでした。

そこで、学校閉鎖期間中の小学生の自宅学習の選択肢の一つとして、マイクロプラスチックなどの海洋汚染問題をテーマに、作文コンクールを実施しました。募集を開始する直前に学校が再開されたので、児童への負担を避けるため、宣伝活動は約2万枚のチラシを各学校に配布するだけにとどめましたが、何と1,800を超える作品が集まりました。例年、1年がかりで宣伝して清掃活動に集まってもらっていた市民の数よりも多くの児童に、地球環境への関心を持ってもらうことができたのです。これぞ「得たこと」です。 (第2510地区 北海道)



**失ったものは全て心の栄養と
なると信じて「がんばろう!!」**

和田山RC 上地 拝碩

新型コロナの終息ってあるのかなあと不安な日々、まさしく「コロナ鬱」状態なのか気力が出てこない。自分が開くちっぽけな書道教室のお休みが続いていることも大きな原因だと思う。

週一度の例会。たかが1時間、されど1時間!! 「こんにちは!」と交わすあいさつの役割の大きさに気付かされる。目に見えないウイルスと世界の人が闘っている。IMに向けた計画も、家族でにぎわうクリスマス例会も、何もかも中止。目標がなくなれば人間て、もろくなるものですね。

マスクと消毒生活にどっぷり漬かった日々の暮らしには笑顔が消え、リモートでの会議やテレワーク!! 新しい知識として取り組まなければいけない時代に入ったのだと認識しながらも、これはウイルスと闘う手段であって、日常化してしまうときと弊害が起こるに違いないと……「こんな状態っていいの?」と思うのです。

目に見えないウイルスにおびえて世界が変わる。

「真実か どうか」。そう! 自分でしっかりした判断ができるように。

「みんなに公平か」。難しいけれど、気持ちさえあれば公平にできる。

「好意と友情を深めるか」。人との出会い、言葉を交わすことの積み重ねで深められる。

「みんなのためになるか どうか」。そうです。この「四つのテスト」を考えてみるだけで、みんなのためになるのです。

新型コロナで失うものばかりだと思った私。ふと、題名は知らないが「涙の数だけ強くなれる!!」という歌詞を思い出した。

失ったものは全ての心の栄養となって強くなり、得するのだと確信して「がんばろう!!」(第2680地区 兵庫県)



**今までできなかったピアノに
挑戦**

本庄RC 五十嵐敦子

「with コロナで行くしかない!ピンチをチャンスに」。80歳を超えた近所のおばあちゃんの言葉である。私の仕事は不動産業。外国籍の人たちは仕事なくなり、帰国していった。「元気で頑張ってるね」と声を掛けた。ブラジルのアマゾンに帰るそうだ。もう一生会えないと思うと寂しくなった。アパートも空いた。駐車場も空いた。先行きが不安となる。

マスクなしでは何もできない生活。地域の行事やお祭りの中止はもちろん、生活のあらゆる面で自粛を余儀なくされている。私自身の楽しみも奪われた。海外旅行、毎年恒例の家族旅行、バーベキュー、企画しては中止の連続。コロナで一番嫌なこと、我慢できないことは大切な人の命を失うこと。精神的に滅入ってしまう中、「with コロナで行くしかない!ピンチをチャンスに」の言葉が心に響いた。コロナと共に前向きに生きるおばあちゃん。私も一日一日を大切に生きようと思った。

今までできなかったことに挑戦。もう数十年も触れていなかったピアノ、動かない指で教本を弾き始める。「1日練習をさぼると3日戻るぞ」。音楽の先生の言葉がよみがえる。今は毎日、練習することでピアノに癒やされている。

私のクラブは、新たな日常を生きるために、感染防止に注意しながら例会を継続して開催しています。例会で皆に会うだけで、声を聞くだけで元気が出ます。大変な状況だからこそ、皆で声を掛け合い、奮闘をたたえ合い、笑顔になれる機会を増やしたいと思います。

(第2570地区 埼玉県)

第2のミッションが待っているから

第2650地区 福井・京都・奈良・滋賀

松原 六郎ガバナー（福井フェニックスRC）

ロータリアン自らがポリオワクチンを子どもたちに投与する行為は、国によっては断られることもあります。しかし、医師の指導の下「どうぞご自身で子どもたちに幸せの2滴を投与してください」と言われ、訓練を受けた後に、投与を許されたロータリアンがいます。

もちろん、国を挙げてのポリオ投与日ですから、ワクチンが確実に子どもたちに届けられるように、設備や備品の寄付や支援も行いますが、現地のスタッフの仕事の迷惑にならないようにしながら、緊張して投与に挑戦していきます。

そのとき、なぜか子どもと一緒に「あ〜ん」と口を開けてしまうロータリアンがいます。写真上段左は、私と同じクラブの森隆地区青少年奉仕担当副幹事長、右は、故・山崎時雄PG（彦根RC）、下段左は地区研修委員の小森一宏会員（京都中RC）、右は故・岡村吾郎PG（奈

良RC）。4人ともわが第2650地区の精鋭で皆、ワクチンを受ける子どもと同じように口を開けています。必ず免疫を届けたい、という気持ちがいかに真剣か、お分かりになると思います。

ところで、ワクチンを投与する行為は、自己満足に終わってしまうでしょうか。いや、違います。このような行為を通して、子どもたちの笑顔を日本に持ち帰り、物質で満たされ過ぎて、喜ぶことを忘れてしまいがちな日本の子どもたちに、笑顔でいること、喜びを持つことの大切さを伝える第2のミッションが待っているのです。

ロータリアンは、届けたもの以上に価値あるものをもらって、日本に帰るのです。（脳神経科）



この30年来、共に過ごした懐かしい先輩、今も一緒に進む仲間と

君は君 我は我也 されど仲よき

第2660地区 大阪北部

簡 仁一ガバナー（茨木RC）

ロータリアンだった父が好きだった武者小路実篤（1885～1976）の言葉です。この言葉の意味を改めて実感したのが、2020年12月12日の地区大会の日でした。

コロナ禍の中、2年前から準備してきた計画は、変更



地区大会を終え、ガバナー補佐や実行委員長、代表幹事ら仲間と共に（2020年12月、中央がガバナー）

を余儀なくされました。安全を第一に、いわゆる無観客状態で本会議のみを実施し、大阪国際会議場からライブ配信をすることに決めました。

しかし、当日を迎えるまでは紆余曲折の連続でした。茨木、茨木東、茨木西と、会員数が40人に満たない3クラブが協力し合って実行委員会を構成し、会議を重ねました。これまでなかったスタイルでの開催に不安や戸惑いの声が上がリ、議論を交わしつつ、直前までプログラムの組み替えや関係者への通知に追われたのです。

急なプログラム変更に伴って、さまざまな報告や表彰を担当されるパストガバナーや、インターシティーミーティング（IM）ごとのクラブ紹介をしてくれたガバナー補佐の皆さまに、無理を申し上げました。それでも、関係者全員が「何とかしてこの地区大会を成功させよう」という強い思いを共有したからこそ、思いの外スムーズな進捗が実現したのでしょうか。900人以上の会員が配信を視聴し、同期のガバナーからもお褒めの言葉を頂きました。

知恵を出し合い、互いを尊重しながらも、時に激しく論議する。一人一人異なる視点を伝えることで全員の視野が広がり、絆と信頼が深まったロータリーならではの体験を、私は生涯、忘れません。（製造業・電機機器）

ロータリアンとの縁、絆は私の宝物

第 2670 地区 愛媛・香川・高知・徳島

篠原 徹ガバナー (高松東 R C)

ロータリーに入会して約 20 年、あっという間に時間、時代が過ぎ、不思議な縁に恵まれて、今や地区ガバナーに収まってしまった。私にとってロータリー・モメントとは、ある一つの出来事や時間だけ、とは捉えられない。いろいろなモメントのつながりがあって、今日に至って



2020 年 1 月、今となつては貴重な、リアルに集まれた同期ガバナーと共に (中列・青いネクタイ、右から 3 人目)

いるものなのだ、と考えているが、その中でも三つのモメントを挙げたい。

一つ目のモメントは入会時のことである。当時、私の患者さんであった高松東 R C の M 会員より「ぜひ、入会してほしい」と説得され、実は、何も分からぬままに入会した。M 会員は数年後にがんで死去されたが、患者と主治医。始まりは不思議なご縁であった。

二つ目は、ガバナー候補に推挙された時のことである。当時のクラブ会長 U 会員より、数回にわたり熱意をもって説得された。私にとっては青天のへきれきであったが結局、受けることになった次第。U 会員の熱意がなければ、ガバナーという今日の私はなかったことになる。この U 会員だが、私のガバナー年度を見ることなく、若くしてがんで死去され、諸行無常の思いである。

三つ目は、昨年 1 月、コロナ禍が激しくなる直前に何とか開催された、国際協議会に出席した時のことである。世界中のガバナーエレクト、ロータリアンと一堂に会し、1 週間にわたりロータリーについて学び、討議した。世界のロータリーのスケールの大きさ、情熱、未来への意志を体得した次第である。まさに、一ロータリアンがガバナーとして、最高のロータリー・モメントを経験し、感謝に堪えない。

(内科医)

同期ガバナーは最良の指南役

第 2680 地区 兵庫

高瀬 英夫ガバナー (西脇 R C)

「縁尋機妙 (良い縁がさらに良い縁を尋ねて発展してゆくさまは誠に妙なるものがある)」「多逢聖因 (良い人に交わっていると、気付かないうちに良い結果に恵まれる。人間幾つになってもいい人、いい本、いい機会などの出会いを求めなければならない)」



オンラインで一緒に進む (ガバナーは上段中央 2020 年 4 月)

陽明学者の安岡正篤氏 (1898 ~ 1983) のこの言葉に出合ったのは、ロータリーに入会し、ロータリーが少しずつ分かり始めた 5 ~ 6 年目でした。ロータリーの魅力の一つを表す言葉として、大事にしていました。

国際協議会の後、新型コロナウイルス感染症拡大の影響で、年度前の重要行事や会長エレクト研修セミナー (P E T S)、地区研修・協議会 (地区協)、全て中止せざるを得なくなりました。

途方に暮れていた時、同期ガバナーとの情報交換の際「地区協の YouTube 開催」「P E T S、地区協に代わる DVD 作製」「オンライン例会」「Zoom 会議への招待」など自分では考え付かない発想で、既に行動されている事例を目の当たりにすることができました。幸い、身近にいた Zoom 会議に詳しい知り合いを講師役に、平均年齢 70 歳以上の地区幹事団で Zoom 会議に挑戦、地区のオンラインミーティング推進委員会の協力を得て、オンライン普及を早められました。同期ガバナーの皆さんの情報提供、導きに感謝しつつ改めて、冒頭の二つの四字熟語をかみしめている次第です。

今回の経験を通して実感したロータリーの魅力を表す言葉として、この「二つの言葉」を、全国のロータリアンにもお伝えしたいと思います。

(綿製品仕上)

ロータリーの醍醐味は、人との出会い

第 2690 地区 岡山・島根・鳥取

菊池 捷男ガバナー（岡山西RC）

ガバナーとなり、地区内 65 クラブへの公式訪問は私自身、大いに勉強になりました。優れた人物に出会い、刺激を受け、人間が一回りも二回りも大きくなったと感じています。

出雲RC・山下一也会長が勤務する島根県立大学には 3 つのキャンパスがありますが、私の公式訪問の直前、出雲キャンパスにローターアクトクラブが結成され現在、残りの 2 校にも準備中とのこと。また大学を受験する高校にも目を向け、インターアクトクラブをつくっていくとの構想、その熱意に大変感激しました。

浜田RCでは、ぜひ会いたいと思っていた R O T E X の茶田尊子さんと再会し、元気をもらいました。コロナ禍で青少年交換が難しくなっていますが、将来の日本のため、海外で学ぶ重要性について再認識しました。

倉敷東RCでは、宅和博彦幹事から「倉敷にはロータ

リーの前にロータリーあり」と教えられました。米山梅吉と関係の深い実業人・大原孫三郎（1880～1943）のことでした。孫三郎は工場を建てるより前に、そこで働く女工さんたちのために学校を建てるなど、ロータリーの奉仕に負けない奉仕をしてきた人、と教示を受けました。この話はぜひ、ロータリアンの皆さんと共有したいと思い、宅和会員に『友』への投稿を依頼したところ「労働者の理想郷・倉敷を築いた大原孫三郎」として、3 月号「友愛の広場」に載りました。

ロータリーに入会し、ガバナーになり、^{のうちゅう きり}囊中の錐というべき、素晴らしい皆さんと出会う機会に恵まれたことを、感謝しています。（民事弁護士）



ガバナーエレクト時代からの知り合い、茶田さんと公式訪問でうれしく再会（ガバナーは左から 2 人目、2020 年 9 月）

ロータリーの未来図 新しいローターアクト

第 2700 地区 福岡・長崎・佐賀

古賀 英次ガバナー（柳川RC）

第 2700 地区では、日本のロータリー 100 周年を記念し、第 7 グループ内に 32 年ぶりに柳川 2020 R A C が結成されました。2020 年 10 月 20 日、100 年前に東京 RC が創立した日を結成日として、R I から認証を受けました。このローターアクトクラブは、ロータリークラブが提唱する従来のパターンとは異なり、ロータリークラブと同格でスタートする新形式のクラブです。

柳川 2020 R A C は、専門学校を基盤としたクラブで会員数ほぼ 500 人前後。平均年齢 19 歳、女性会員率 80% です。まさに現代、ロータリーが一番必要としている「若さ」「女性会員」「会員数」、この 3 つの要素を兼ね備えた、世界一のローターアクトクラブが地区内に誕生した、と自負しております。R I 理事会は、2020 年 7 月から 2029 年 6 月までに、世界のローターアクト数を現在の約 20 万人から 100 万人に拡大し、ロ

ーターアクトクラブから R I 理事会、管理委員会の役員、果ては R I 会長が選出されるような未来図を結ぶ、大胆なロータリー行動計画を実行に移しつつあります。このような動きは、まさにロータリーと人類の希望の光になるのではないのでしょうか。

地区内におきましても、大学・専門学校を基盤としたローターアクトクラブの結成をさらに推進し、ロータリアンは活気あふれるローターアクトと、奉仕活動や親交を通じて相互に刺激し合ってほしいものです。交流の中から、地域社会、さらには世界がより良くなるための奉仕活動が展開でき、当地区が改革の先陣を切る発信地となるものと信じております。（専門学校）



柳川 2020 R A C と柳川市へ表敬訪問（2020 年 12 月、右から 4 人目）

ロータリーの原点は親睦

第 2710 地区 広島・山口

脇 正典ガバナー (防府RC)

今年度、1986 年に入会した私のロータリー歴は 35 年になる。その 35 年の中で最も楽しかったのは、クラブの親睦委員長を務めた時である。入会して 5 年目の 1991 年であった。まず、親睦委員会の皆が楽しくなくては、と私は委員会メンバーの家を持ち回りとして、いわゆる「炉辺会合」を企画。心を込めたご家族のおもてなしを受け、八百屋さんは張り切ってマツタケ料理、牛乳屋さんでは酒に代わり牛乳で乾杯！ その後、クラブ例会での乾杯も牛乳となったものだ。一回りしたことで、委員会の絆が確固たるものとなった。

わがクラブでは、親睦委員会のメイン事業は家族会であり、私も力が入った。防府市にある富海海水浴場を会場とし、モーターボートを持っていた会員に 3 隻出してもらって皆で分乗、ツボ網漁（定置網の小形のもので、ツボ壺と呼ぶ袋網を利用する）を見学。子どもたちは大喜び

であった。そのツボ網で取った魚は、海辺ですぐ魚屋さんにはさばいてもらって味を堪能し、その後は子どもたちと砂の中に埋めていた宝物を探す、宝探しを楽しんだ。

準備が大変であったが、委員会一同が一致団結し、クラブの和も広がった。以降、家族会は佐波川でのヤナ場（川に作られたヤナで取れた落ちアユをその場で食べて楽しむ）で、となった。現在は若い人たちの意見でバーベキュー大会。親睦を通して会員の仲が良くなれば、奉仕活動も楽しくなり、クラブの活性化にもつながる。

今年度ガバナーの信条として「楽しくなくてはロータリーではない」を掲げている。親睦を通して絆を深め、楽しく奉仕活動が展開できれば、と思う。（幼稚園）



ロータリー家族と過ごした大成功の一日（1991 年 6 月 9 日）

いつのまにか 人間の背骨のように

第 2720 地区 熊本・大分

硯川 昭一ガバナー (熊本江南RC)

ロータリークラブに 32 歳で入って 32 年。入会 5 年後に無理がたたって入院して人工透析の身に。それでも、貧血と闘いながら仕事で熊本と東京を行ったり来たり。当時まさか、そんな自分がガバナーになろうとは夢にも思っていませんでした。

熊本地震から 5 年たちます。熊本では透析環境が厳しく、知り合いの京都の病院に疎開し、自分だけぬくぬくとホテル住まいで、声が出なくなってしまうほどの申し訳なさで寂しさで過ごしていました。やっと 2 カ月後に例会再開と聞いて駆け付け、大勢の仲間に会えました。仲間がいる、ロータリーに入っていて良かったあという、その時の表現しがたい涙あふれる喜びは、今でも忘れることができません。いつの間にか、ロータリーは私にとって人間の背骨のように、なくてはならない中心的存在となっていたのです。それまでは正直、あまり熱心な

ロータリアンではありませんでした。しかしそれ以降、皆さまへの恩返しと思い、心を込めて活動してきました。

去年 2 月に新型コロナウイルス感染症が熊本でも出、すぐ会長エレクト研修セミナー（PETS）は中止して DVD 配布に、地区研修協議会は 600 人登録の Zoom ウェビナーに。新年度を迎えた途端、豪雨災害。常に想像力を働かせての挑戦と決断の日々でした。

そして迎えた公式訪問。普通にできるか迷いながらも行けるだけ行こう、と決意し臨みましたが、そこで得た感動は、それまでには全く見たことがない景色でした。今まで生きてきて、皆さまに支えられてきたことへの感謝の気持ちで今、いっぱいです。（建築設計）



大分、大分中央RC合同公式訪問は、岡村泰岳PGの演出。のれんから登場したのは？（2020 年 8 月、左から岡村PG、硯川夫妻）

機会の扉を開いた言葉

第 2730 地区 鹿児島・宮崎

風呂井 敬ガバナー (鹿屋西RC)

「クラブ会長にはクラブ会長の、ガバナー補佐にはガバナー補佐の、ガバナーにはガバナーの、RI会長にはRI会長のロータリーに対する知識、理解と情熱と意欲があり、ロータリーは知れば知るほど奥が深い組織です。頑張らなさい」と熱く語られたのは2017年6月、アトランタ国際大会後、キューバ訪問をご一緒した第2750地区の今は亡き坂本俊雄PGでした。

翌18年5月、ガバナーノミニ・デジグネートの指名を受け、名ばかりロータリアンの私は大きな決断を迫られましたが、ガバナーエレクト研修セミナー(GETS)などで研さんを重ね国際協議会へ。世界の518人のガバナーエレクト、そのパートナー392人の参加の中、人種、言語、宗教などを越えた集まりから多様性、柔軟性、革新性、そして寛容の精神の大切さを痛感。十数人単位で行われた、RI研修リーダーを中心とする同期ガバナー

とのグループ討議では、ロータリーのビジョン、変化への対応などについて語り合う皆の真剣なまなざし、熱意、迫力に心打たれました。そして友情あふれる分科会の衝撃は、予想をはるかに超える感動的なものでした。

「不易流行・ロータリーの基本を堅持し変化に適応するクラブを」を地区スローガンとして、移動距離7,384kmの私の公式訪問は始まりました。地区内68クラブ全てに歴史、伝統、個性そして魅力があり、コロナ禍中、感染拡大防止の奉仕活動に、ロータリーの素晴らしさ、そして強さを改めて感じ取ることができました。

このような機会の扉を開いたカギは、坂本俊雄PGのあの慈愛に満ちたお言葉でした。(税理士)



ラムサール条約湿地登録地イベント参加

第 2740 地区 長崎・佐賀

花島 光喜ガバナー (鹿島RC)

有明海の肥前鹿島干潟は、2015年5月にラムサール条約湿地に登録されました。干潟は、希少な鳥類の渡来地として豊かな生態系を維持する自然環境を持ちつつ、漁業やレクリエーション活動など、人の生活や文化を支える基盤となっています。秋から春にかけては、ズグロ

カモメやチュウシャクシギなど、主にシギ・チドリ類が約40種飛来します。絶滅が危惧されている、クロツラヘラサギやツクシガモもやって来ます。この干潟には、有明海にしかない珍魚・ワラスボやシオマネキなど、多くの希少種が生息しています。

鹿島市では、ラムサール条約の目的である湿地の「保全・再生」「賢明な利用」、そしてこれらを支援促進する「交流・学習」を推進するため、昨年11月“スポGOMI大会in鹿島”と題し、干潟などのクリーンアップ作戦を開催しました。スポーツの要素を取り入れ、拾ったごみの量を競うこの清掃活動に、鹿島RC、そして鹿島RACも参戦。

参加総人数は140人、企業団体数は21チームの中、角田一美社会奉仕委員長を先頭とする、織田高德会長、笠原幸輔幹事、そして私の所属するチームは惜しくも2位に。拾ったごみは26.4kgで、地元の銘酒を賞品としてゲットしました。参加者全員が、有機肥料で栽培したラムサール米3合、有明海で取れたワラスボを頂き、海の豊かさ、ごみの多さを再認識することとなりました。

白状すれば、日ごろの運動不足のため足腰がちょっと痛みつつも、ロータリアンの親睦と多くの方々との出会いに感謝、素晴らしい一日に感激しました。(電気工事)



世界中の
ロータリープロジェクト **ROTARY 5月号から**

Rotary projects around the globe

欧州で貧困の危機に
ひんする子どもの数

2,000 万人 以上



スロベニア

リュブリャナ・ロータリークラブ（RC）と同クラブが所属する第1912地区（北マケドニア・スロベニア）は、12月5日、聖ニコラウスの日を祝うバーチャルコンサートを開催しました。国営放送でゴールデンタイムに放送されたこのイベントでは、毎年開催されていたコンサートの過去27年分のハイライトを紹介。ロータリアン、ローターアクター、その友人たちが寄付金を電話で受け付けました。11月から受け付けていた寄付金は、合計で8万ドル（約900万円）にもなり、その大半は、国中で46の学校がリモート学習で使うパソコンなどの機器の購入費に充てられ、一部はリュブリャナ大学病院の小児科にも寄付されました。



スペイン

カルビアインターナショナルRCは、ここ5年にわたって14～16歳の生徒を対象にディベートコンテストを開催してきました。2020～21年度は、新型コロナ対策のためオンラインで開催。六つのインターナショナル・セカンダリー・スクールを代表する3組のチームが、10～1月にかけて「宇宙開発はリソースの無駄遣いである」「デジタル時代に言論の自由が侵害されている」といった話題性のあるテーマで英語で意見を闘わせました。

動画投稿サイトのYouTube上で公開されたコンテストの運営はほとんどをクラブ会員が行いました。「非常にレベルの高い内容で、審査員はとても難しい選択を迫られました」と同クラブ会員のケイト・メンティンクさんは言います。

クック諸島

新型コロナの感染事例が、いまだ確認されていないクック諸島（ニュージーランド自治領）のうち、最大のラロトンガ島では、ラロトンガ・ローターアクトクラブ（RAC）が恒例のクリスマス市を12月16日に開催。4時間にわたり工芸品や食品の出店、打ち上げ花火などが催されました。また、この地方の踊りであるウラのダンスショーや、弦楽合奏団の演奏、ワイアタと呼ばれるマオリ語の歌、人気の現代音楽に合わせて地元のフィリピン人コミュニティが振り付けしたダンスなどが披露されました。約2,000人が来場し、収益の5,700ドル（約63万円）は人口が少ない離島、パエヌアなどでのプロジェクトの資金とする予定です。



カナダ

ブリティッシュコロンビア州のナナイモR Cの会員とボランティアが、認知症患者のための施設の全長30mの壁に山や海の絵を描きました。塗料などにかかった費用約800ドル(約9万円)は、同クラブが年に2度行う古本市の売り上げから捻出しました。「居住者の部屋の窓は、多くがこの壁に向いています。中庭や外の景色が見える部

屋の居住者と同じように、窓からのすてきな眺めを楽しんでほしかったのです」と、同クラブ会員で療養施設エデンガーデンズのプロジェクト担当者であるデニス・ウィコフスキさんは言います。同クラブの会員たちは過去20年間で8万ドル(約900万円)をエデンガーデンズに寄付しています。2017年には、その寄付金で新しい棟が増設されました。



認知症の診断を受けた
65歳以上のカナダ人の数

43万人以上

17万 1,000人

人口1万8,000人のクック諸島
を2019年に訪れた観光客の数



ジャマイカに咲く
花の種類の数

3,000種

ジャマイカ

西インド諸島大学モナ校RACは、1月初旬にセント・キャサリン教区のハイウエー2000沿いで植林プロジェクトを行いました。この高速道路は官民が連携して管理しています。2019年に始まった300万本の国家的植林プロジェクトの一環として同クラブは400本の木を植えた、と会員のジョシュア・アンダーソンさんが話します。「ジャマイカの国樹であるヤママフーや、ラウレル、ピンク・テコマ、ホワイト・テコマを植えました。また、同月後半には浜辺の清掃を実施。クラブ会員やその友人など、約25人がポート・ヘンダーソンの浜辺で40袋のごみを片付けました。「地元の自然環境、ひいては地域社会のためになるプロジェクトに力を入れています」とアンダーソンさんは言います。

-BRAD WEBBER

ナイジェリア・ラゴス

米山から世界の町へ ⑦

——南西部ベニン湾岸に位置し、国内最大の港湾施設を備えており、アフリカ最大級の人口を持つ都市です。



米山奨学生・米山学友の近況を、その故郷や、いま暮らしている町とともに紹介するシリーズです。今回の紹介者は……

東芝三菱電機産業システム株式会社
ドライブシステム部（工学博士）

エコング, ウフォート・ウフォート さん
(ナイジェリア / 2013 - 14 / 茅ヶ崎中央RC)

「Hi, everyone !」

ナイジェリアから来たエコングです。ナイジェリアは長くイギリスの植民地だったため、今も公用語は英語。学校教育も全て英語で行われています。人口は2億100万人を超え世界第7位、しかも人口の約50%は25歳以下と、若いエネルギーにあふれています。国土は日本の約2.5倍。また、世界でも類いまれな多民族国家で、民族が異なれば、食べ物も服装も宗教も言語も異なります。歴史上、国内の民族紛争が絶えない半面、多様性が強みでもあります。各地に独自の祭りや建物があり、ナイジェリア人ですら、国内各地を観光しようとすれば、数年間は必要だといわれます。

私の生まれ育ったラゴス州ラゴスはかつての首都で、今も経済・文化の中心であり、アフリカ最大級の都市です。お勧めの場所は、レッキ・コンサベーションセンター。ここはNGO団体による自然保護公園で、多種多様な野生の動植物が観察できます。公園内にはつり橋もあり、ちょっとした冒険気分を味わえます。国立芸術劇場は1977年の建設、ラゴスで見るとべき五大建築物の一つとされています。第1次軍事政権時代に建てられたため、軍人の帽子に似た外観で、美術品や芸術品の展示、ホール、映画館、ショッピングモールを備えています。ぜひ食べていただきたいのはジョロフライスです。トマト風味のスパイシーな炊き込みご飯で、ピラフのようにしっかりと味が染み込んだ、西アフリカでは定番の米料理です。



写真左上：西アフリカで最も一般的な葉野菜アファングを使ったスープは人気の一品。右上：定番のジョロフライス。右：レッキ・コンサベーションセンターでは、日本では見られない野生動物たちと出合えるかも

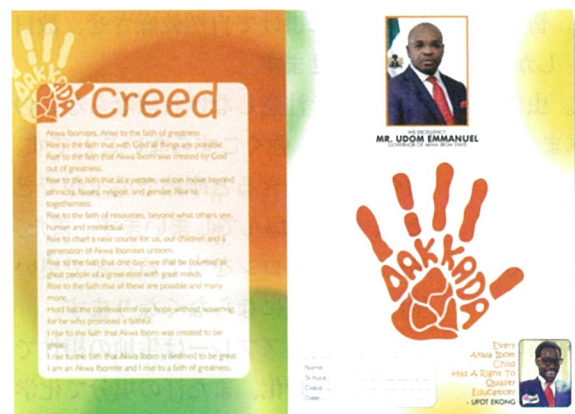
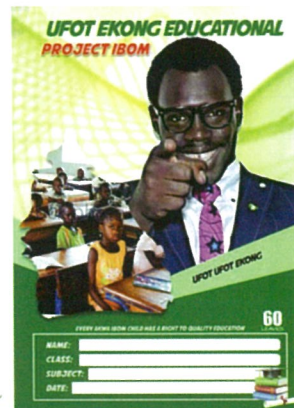




第1次軍政時代の1977年に建てられ、軍人の帽子のような外観をした国立芸術劇場

私は東海大学大学院博士課程で電気工学を学び、卒業後、日本で就職しました。現在は東京都内で暮らしていますが、母国への思いは常に忘れていません。近年、ナイジェリアは人口が増え、同時に学校に通えない子どもが急増しています。義務教育の無償化といった対策は講じられていますが、貧しい家庭では教科書や文具、制服代が払えず、結果、学校に通わせることができません。

そこで、私の民族にゆかりのあるアクワイボム州の高校生に、毎年、ノート1万冊を贈る活動を始めました。打ち合わせで現地の教育管理機関を訪れた際、茅ヶ崎中央ロータリークラブ(RC)からもらった「END POLIO NOW」のバッジを着けていました。



「君、そのバッジはロータリーの？」

偶然にも、その担当者がロータリアンで、接点ができただけで意気投合し、地元のクラブの例会に参加し、ノート配布のためにトラックを無償で手配してくれるといった協力が得られました。

米山学友となった今、世界各地でロータリアンが大きく社会に貢献していることを、より実感しています。父を早く亡くした私は、奨学生時代にお世話になった茅ヶ崎中央RCの皆さんから、父のような温かさを感じていました。ロータリアンに出会ったおかげで、私は社会貢献の重要性を深く考えられる人生を歩んでいます。いつか私も、ロータリアンになりたいと思っています。



写真右上と左上：高校生たちに贈ったノートの表紙。
右：支援した高校の生徒たちと一緒に

※米山記念奨学事業、または「よねやまだより」へのお問い合わせは、(公財)ロータリー米山記念奨学会まで
Tel：03-3434-8681 Fax：03-3578-8281 Eメール：mail@rotary-yoneyama.or.jp

← 連載 →

大人の 着こなし図鑑

テーマ：衣替えの準備

衣替えも近いゴールデンウィーク明けです。分厚いコートとも完全にお別れですね。コートをそのまま放置すると、次の冬には、とんでもないことになるかもしれません。そういう状況を避けるためには……。それでは、今月号のスタートです。

虫はおいしいものを知っている

シーズン終了後にそのまま放置した服を再び着用できるシーズンが到来し、袖を通したところ、虫食い穴を発見したり、カビを発見したり……。皆さんはこんな経験ありませんか？ しかも、よりによって高い服ばかりに。虫はグルメで、ポリ混紡の服は食べません。良い素材から食べるのです。

それならばと、ドライクリーニングにさえ出せば、ばっちりだと考えている人も多いのでは？

ドライクリーニングは、石油系の溶液を使うため、皮脂など油性の汚れを落とすのには向いていますが、汗など水溶性の汚れは落ちにくいのです。また頻繁にクリーニングに出すことで、ウールやカシミアといった生地に含まれる油分を落としてしまうため、風合いが失われてしまうこともあります。

クリーニングで落ちない汗を落とす

シーズンの終わりにはクリーニングに出すとしても、普段のメンテナンスはどうするか。特に、水洗いができないスーツやニットの汗はどのように取り除けばいいのでしょうか？

汗をかいたスーツは、汗が完全に乾ききると、雑菌が繁殖しやすくなり、臭いも気になります。その場合は、日

陰で風通しの良い所につるします。

それでも気になる時は、水でぬらしたタオルを用意し、レンジを使って蒸します。汗が付いた部分にそのタオルを当てて、汗を吸い取ります。その後、ハンガーに掛けて自然乾燥させ、数日程度休ませます。

このとき注意しなければならないのは、決して、強くこすらないことです。強くこすり過ぎると摩擦で毛玉ができたり、生地が傷んでしまいます。また、スチームアイロンを当てることで臭いや汗染みが気にならなくなります。

市販の消臭スプレーは生地の相性で色落ち、色変化、また汗の塩分で化学変化を起こしてしまう可能性があるため、私は使いません。

メンテナンスDIY

あまり着用していない服で、汚れが見当たらないようであれば、クリーニングに出す必要はありません。よれよれ感があったり、しわが入って元に戻りにくいとき、また手の汚れが付きやすいポケットの周辺が汚れている場合などは、クリーニングが有効です。

問題は、乾燥した汚れが付着しているものや、ごく局所的に汚れがある衣服です。ぜひ、以下の要領で、ご自身でメンテナンスにチャレンジしてみてください。



安積 武史

Asaka Takeshi

1967年生まれ。アサカ(株)取締役・ファッションディレクター。世界高級注文洋服業者連盟・理事。東京北RC会員。人生のモットーは「向き不向きよりも前向き」

基本記号



家庭洗濯



漂白



乾燥



アイロン



クリーニング

新しい洗濯表示

2016年12月から洗濯表示が国際規格に準じたものになりました。基本図形に付加記号と数字が組み合わさってさまざまな意味を表します。

付加記号と数字

強さ

線なし 通常

— 弱い

== 非常に弱い

温度

<記号の場合>
低 → 高

<数字の場合> 

禁止



クイズ!

正しい組み合わせを線で結べ!



● ドライクリーニング禁止

(ちなみに旧表示は右図。国際規格表示になり片仮名がない?)



● 液温40°Cを限度に、洗濯機で非常に弱い洗濯処理ができる

(数字は表記されています。強さは線で表します)

● アイロン仕上げができる(150°Cまで)

(旧表示では“中”と書かれていました。漢字がなくなりました)



● タンブル乾燥ができる

(乾燥機のことです。形でも分かりやすい?)

① 全体にブラッシングします。ほこりを落とすことはもちろん、春に産み付けられた虫の卵が空中を浮遊し、風で服に付着している場合があります。それを着実に取り除きます。ブラシは用途に応じて種類がありますが、1本持つとしたらナイロン製のエチケットブラシがお勧めです

② 汚れを取ります。タオルと歯ブラシ、中性洗剤もしくはせっけんを準備。歯ブラシを湿らせて洗剤を付けよく泡立てて、湿らせた汚れ部分を軽くたたきながら泡立て、その後汚れをかき出します。湿らせたタオルで汚れをたたき出し、アイロンで乾燥させれば終了です

この段階でうまくいかなければ、いよいよプロの出番です。汚れがどの部分にあるかを説明して、しっかりと落としてもらいましょう。

きれいにしたら、次は保存

ご自身で汚れを落とすことに成功したら、次は保存です。クリーニングから戻ってきた時に掛けられているビニールや、スーツを購入した際に付いてくるナイロン製の覆いは使用を避けましょう。そのままにすると湿気を通さず、カビが生える原因になります。ドラッグストアなどで売っている不織

布カバーがお勧めです。虫よけとしてポケットに防虫剤を入れれば完璧。防虫剤は必ず同じメーカーのものをに入れてください。違うものを入れると化学変化を起こし、衣類に悪影響を及ぼすことがあります。

ちなみに、クリーニングから戻ってきた時もビニールや細いハンガーを外し、厚いハンガーに掛け直してから、風通しの良いところで陰干しします。これは有機溶剤が繊維に残っているため、そのままクローゼットにしまうと、カビやしわの原因になるからです。

興味本位の染み抜き危険性

赤ワイン、しょうゆ、トマトソースなどの染み抜き技をYouTubeで見える機会もあると思います。とはいえ、いきなりチャレンジはやめましょう。やるなら共布で試してから。それで

うまくいったとしても、一枚生地と何重にも覆われている服の部分では事情が異なる場合もありますので、注意してください。

プロの染み抜きの世界では、バキューム機能がモノを言います。専用の機械が必要なので素人は手が出せません。

最後に私の恥ずかしい経験を。麻100%の紺のスーツをメンテナンスもせずにビニールに包み保存してしまったため、汚れがもとでカビが生えました。浴槽用の防カビ剤で対処しようとしたのです。なんと、染色した紺の色まで抜けてしまい、ぼつぼつとスプレーの掛かった箇所がベージュになり、捨てざるを得なくなりました。読者の皆さまがそのような失敗をされませんように。

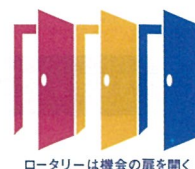
もっと詳しく知りたい方はこちら。
www.rotary-no-tomo.jp/kikonashi_zukan/



今回のテーマは「1年間の総括」。お楽しみに!

クナーク会長が例会にやってきた

東京米山友愛ロータリークラブ



2021年3月17日、当クラブのオンライン例会に、ホルガー・クナーク国際ロータリー（R I）会長が卓話者として登場しました。

当クラブは名前の通り、米山学友を中心として創立されました。現在、会員の国籍は10カ国、平均年齢46歳、男女比率が約半々、と多様性に富んだクラブです。今回、ドイツ出身のブリッタ・ズルツ会員が直接連絡を取り、卓話を依頼。日本のロータリークラブの例会には初参加とのことで、クナーク会長も最初は緊張していましたが、次第に打ち解け、予定の時間を過ぎて話盛り上がりしました。英語での卓話は、後藤康之会員が逐次通訳しました。オンライン例会だからこそ実現できた、R I会長の卓話。印象に残った言葉を紹介します。（第2750地区 東京都）

ドイツのロータリーは日本と似ている点が多く、 女性会員割合は14%と少なく、平均年齢も65歳です。私の地区内の94クラブのうち、男性会員だけのクラブが6クラブあります。今日の例会は、多くの女性会員もおり、また若い会員も多く参加しているのが見て分かります。このようなロータリークラブが増えてくれることを会長として目指しています

※日本の女性会員割合は約7%

日本食が好きで、月に一度は
お刺し身を食べるんですよ

私はロータリー初の
バーチャルプレジデントです。2020年の国際協議会、R I理事会が終わって、ドイツに帰国してから一度も海外に出ていません。委員会や理事会、また各国のミーティングに参加する手段は全てZoomです。対面での握手やハグ、食事をしながらの会合は好きですが、バーチャルでの会合は世界各地のロータリアンと気軽に話ができ便利なんですよ

ロータリーの将来も、今後どのように例会を開催していくかにかかっていると思います。**多様性はいろいろなことを可能にしています。** 伝統的なクラブが伝統的なスタイルを維持するのももちろんよいと思いますが、若いリーダーや若者に必要とされる組織となるように、オープンな環境をつくってもらいたい

コロナ禍で得た良いものや習慣は、感染が収束した後も、ぜひ各クラブで実践してほしいです。コロナ感染拡大を背景として、一部では差別的な行動がみられますが、ロータリアンはそのような行動に対して、**きちんと差別反対と声を上げるべきです**



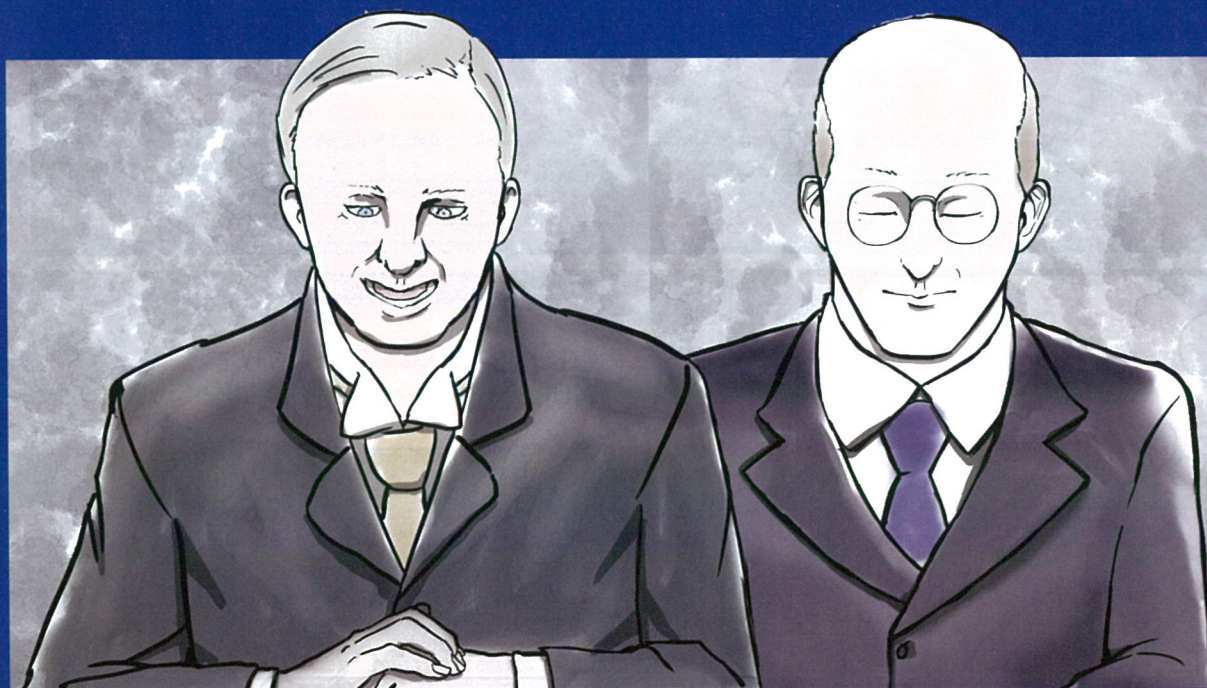
ロータリアンの年齢層が高いこともあり、若者に対して魅力的な組織に変化すること、**若者が一緒に活動したいと渴望してくれる組織になること**がロータリーにとって一番難しい課題だと感じています

連載コミック

ポール・ハリスと ロータリー

▶ 第6章

ロータリーの原理・原則（前半）



作画 齋藤友紀

原作 佐古亮尊『ロータリーの森を歩く』
監修 安平和彦（2002-03年度 第2680地区ガバナー）
制作 株式会社アイディ

アニメーションも公開中！
<https://www.rotary-no-tomo.jp/manga/>



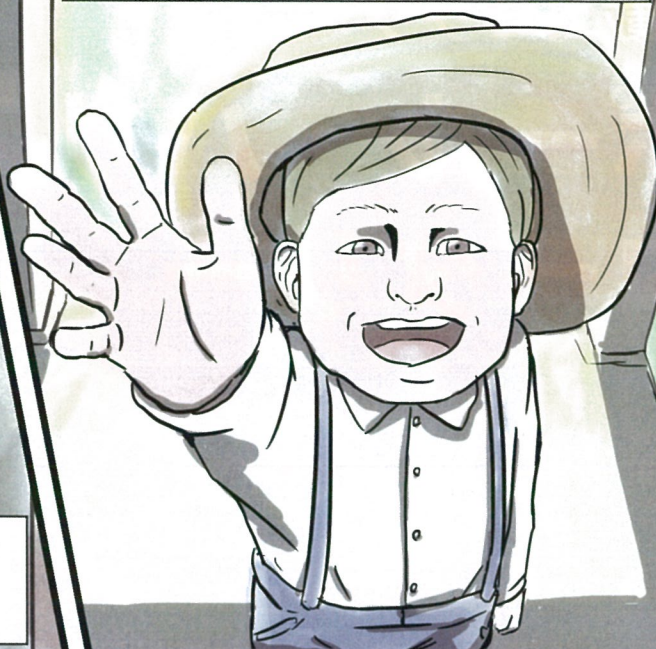
第6章 ロータリーの原理・原則（前半）

ロータリーが障害者支援に
乗り出した1915年頃…

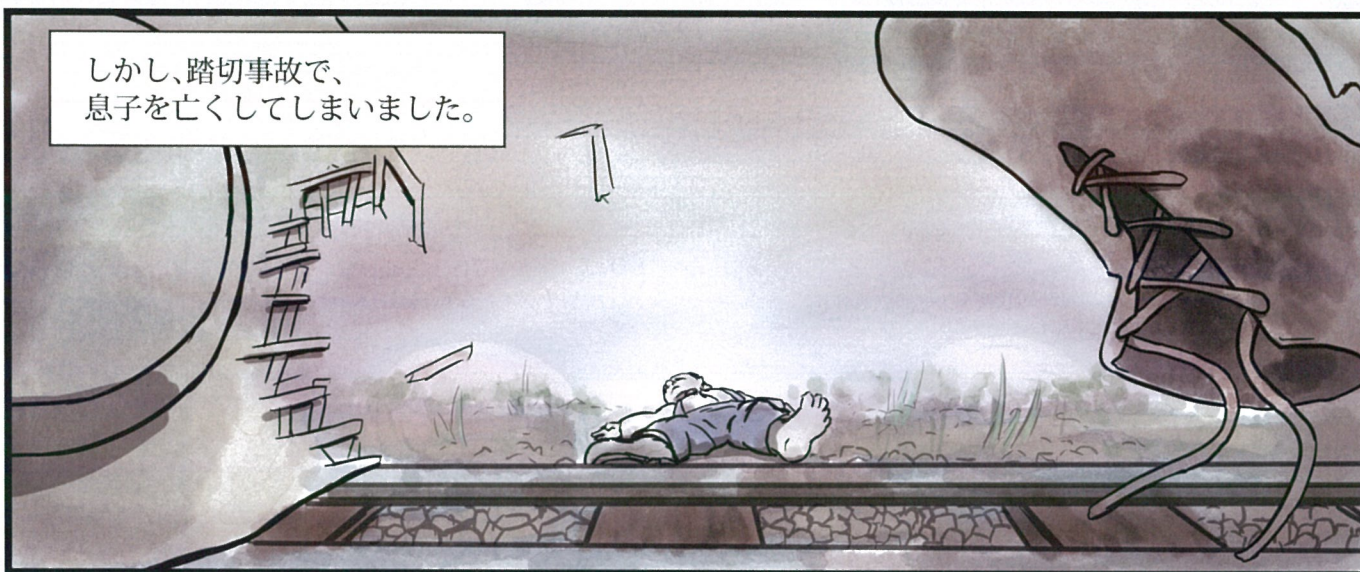


エリリア・ロータリークラブ
のエドガー・アーレン
(病院経営者)

彼には目の中に入れても痛くないほど
慈しんでいた一人息子がいました。



しかし、踏切事故で、
息子を亡くしてしまいました。



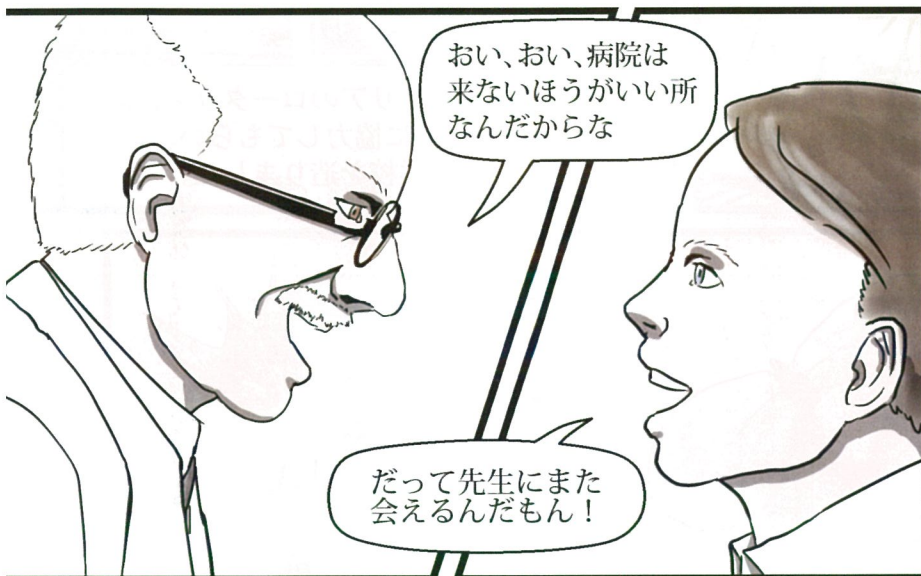
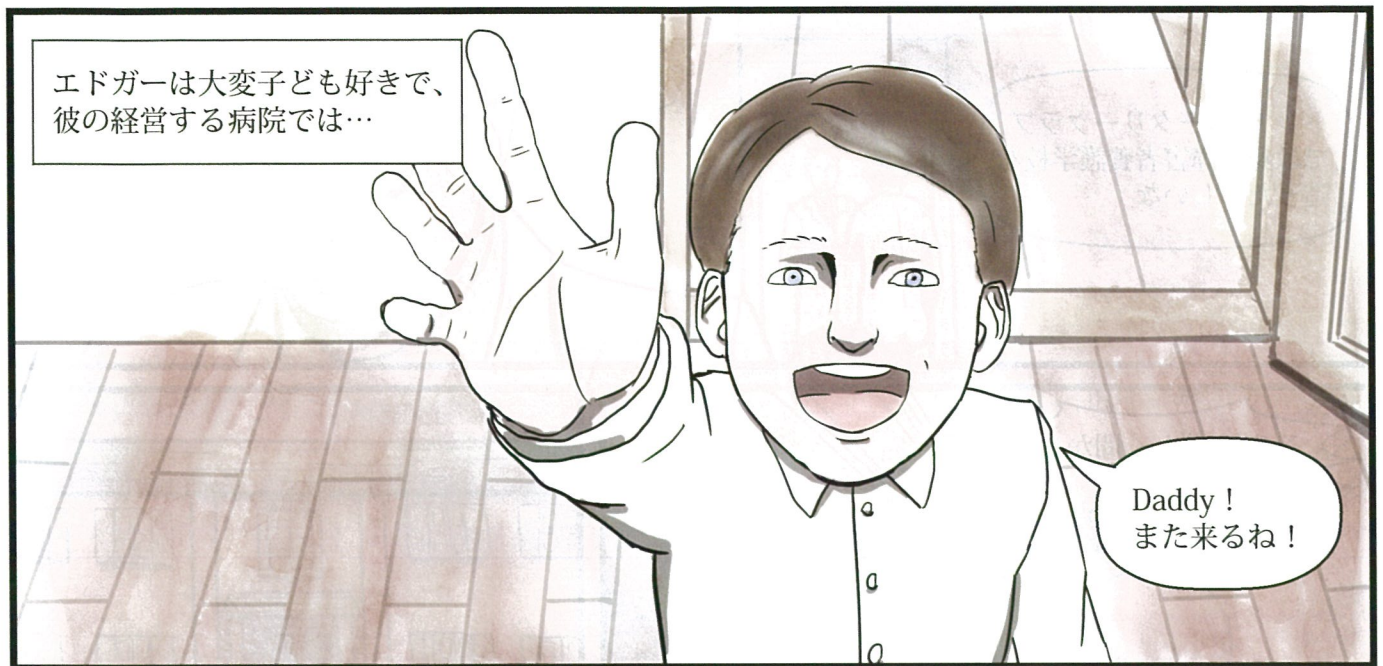
…もし…



もし、救急医療の体制があって
適切な治療が施されていたら、



命までなくすことはなかったかもしれない…



そうした折…

トレド・ロータリークラブ
では身体障害者養護学校を
造ったらしいな

その話、詳しく聞かせて
くれないか！

そうして彼はエリリアのロータリアンに
呼び掛け、クラブに協力してもらい、
身体障害者養護学校を造りました。

福祉の課題というものは
何もないところに種を
まくようなものです。

労多くして功の少ないものです。

しかし、エドガー・アーレンが
偉かったのは、学校を造った
ばかりではなく

全米身体障害者養護協会という
団体を立ち上げたことでした。

そして、これらの行動により
全米でロータリー運動の評価
が高まっていました。

ロータリーの
活動は立派だ！

ロータリーは
身体障害者支援学校設立に
積極的に取り組んでいるね

ロータリークラブは
世のため、人のために
働いているんだな

しかし、この状況を
良く思わない人物も
いました…

…エドガーが
身体障害者養護学校を造り、
協会を立ち上げ、

その会長となって一生懸命
やっていることは結構

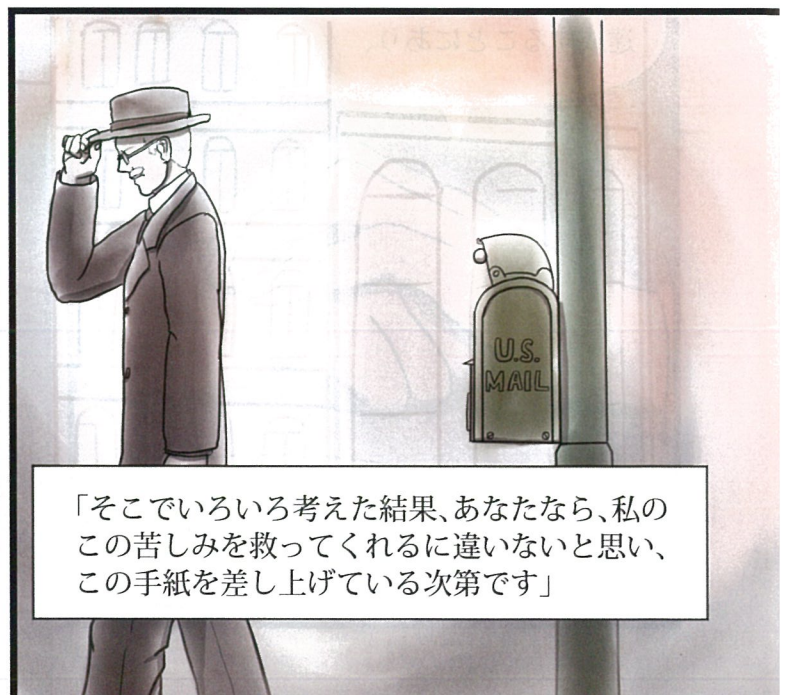
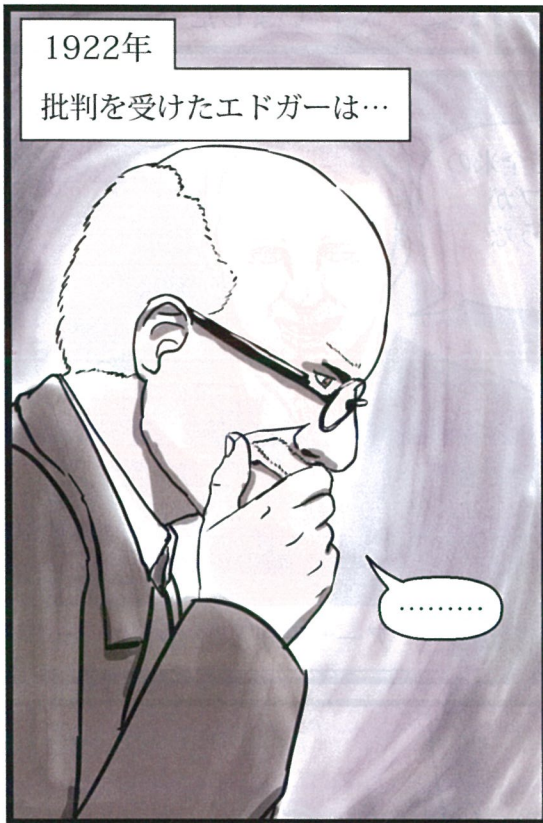
だが、その勢いを駆って全米の
問題をロータリークラブが
解決すべきだというような
ことになると論外だ

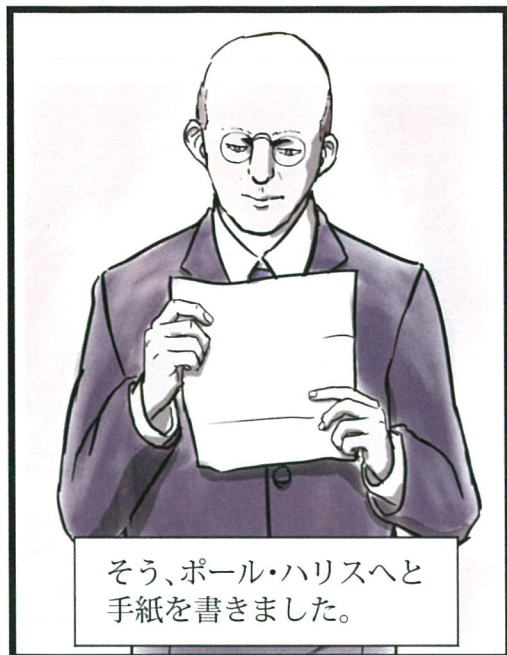
アーサー F. シェルドン

ロータリークラブというのは
職業人をもって、深い親睦を
達成することにあり、

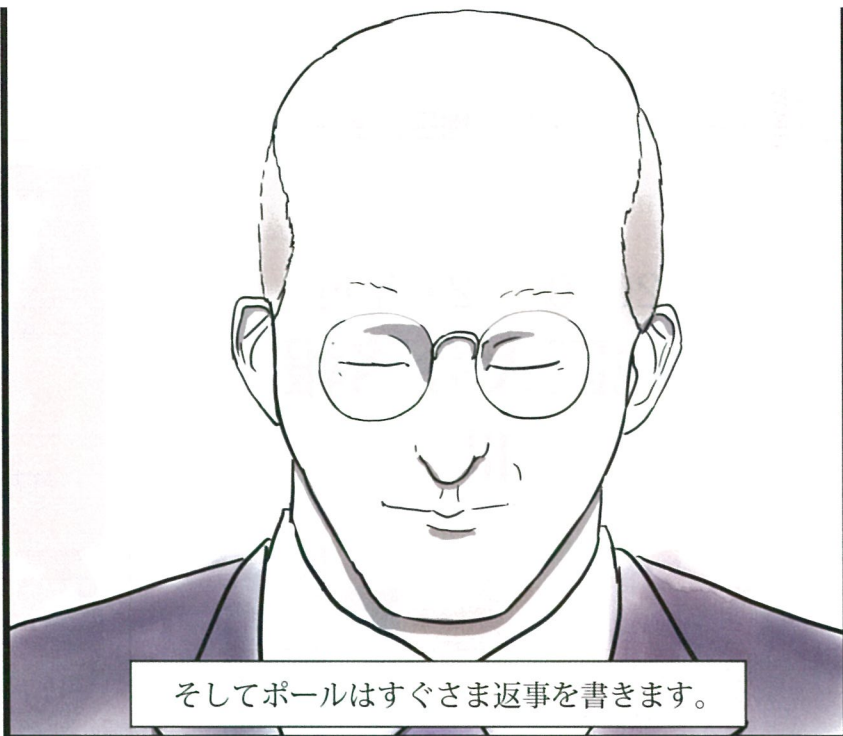
深い親睦というのは
経済秩序を健全化
することにある

ロータリアンは職業人であり、
自分の経済的自立を遂げていくことを
主眼に掲げている人の社交団体

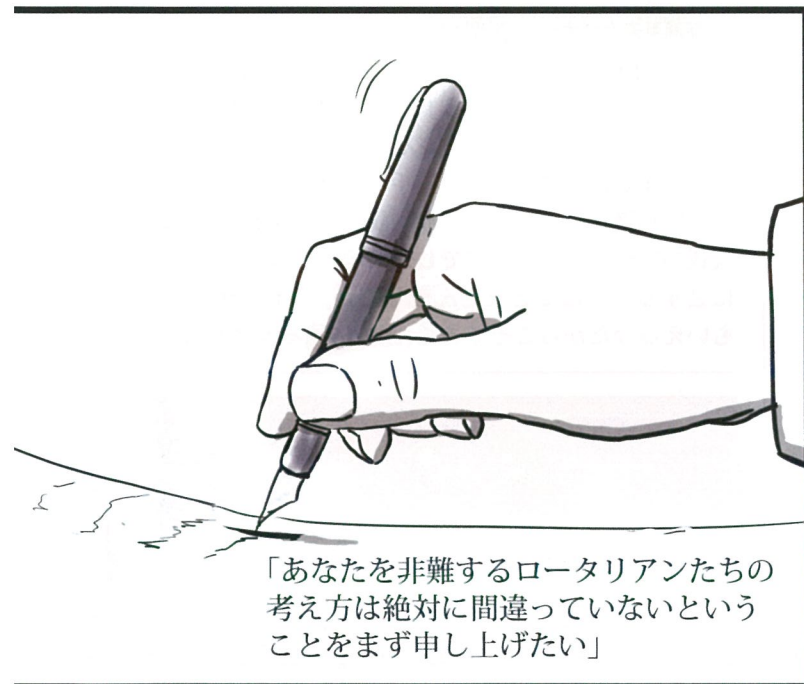




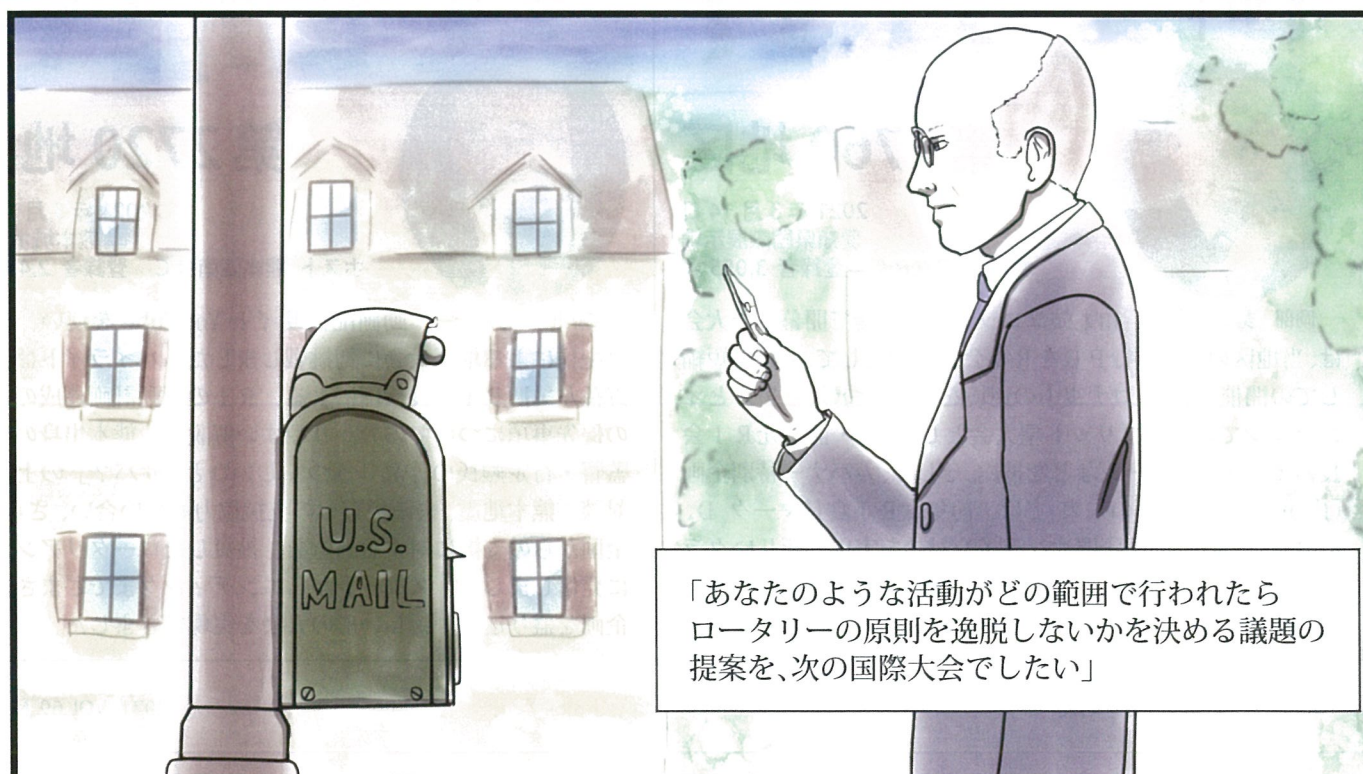
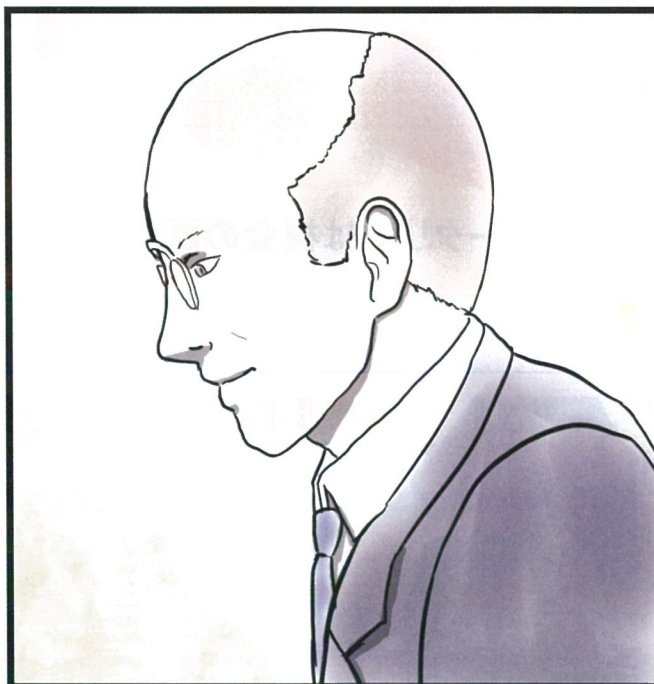
そう、ポール・ハリスへと
手紙を書きました。



そしてポールはすぐさま返事を書きます。



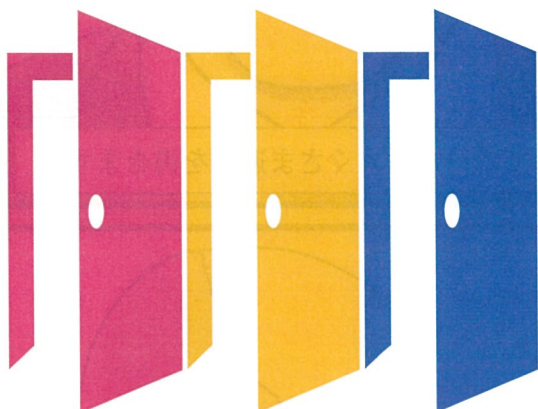
「あなたを非難するロータリアンたちの
考え方は絶対に間違っていないという
ことをまず申し上げたい」



「あなたのような活動がどの範囲で行われたら
ロータリーの原則を逸脱しないかを決める議題の
提案を、次の国際大会でしたい」



2020 - 21 年度 地区大会略報 III



ロータリーは機会の扉を開く



第 2680 地区

2021 年 3 月 6 ~ 7 日
神戸ポートピアホテル
ホスト 西脇 RC 登録者 2,671 人

高瀬英夫ガバナー 新型コロナ感染拡大防止のため、オンラインで開催した地区大会は「次の 100（飛躍）年に向けてビジョンを語り、掲げよう」をテーマに、水野功 R I 会長代理や来賓のビデオメッセージを取り入れながらのライブ配信となりました。読売巨人軍投手チーフコーチ補佐に就任された桑田真澄氏による特別講演「試練は人を磨く」は、まさに現代の実情に合った内容でした。地区内ロータリアンが一堂に会することはできませんでしたが、“オンライン元年”ともいえる今だからこそできた、記憶に残る大会となりました。



第 2760 地区

2021 年 3 月 14 日
愛知県国際展示場
ホスト 知立 RC 登録者 3,055 人

岡部 勢ガバナー 和太鼓ユニット光の演奏で開幕した大会は、当地区の神野重行 P G を R I 会長代理として、1 日に短縮しての開催。新型コロナ禍中の逆境を味方につけ、リアルとオンラインでのハイブリッド型大会として、現・前・元 R I 会長のビデオメッセージなどを披露。そして、ガバナー特別企画「広がるロータリーの未来」では、前年度 R I 会長マーク D. マローニー氏との国際間オンライン対談を実現。新しいクラブの形を模索する貴重な時間となりました。元宮崎県知事・東国原英夫氏の記念講演「逆境を笑え」も好評でした。



第 2720 地区

2021 年 3 月 14 日
熊本城ホール
ホスト 熊本江南 RC 登録者 2,413 人

硯川昭一ガバナー 動画配信サイト YouTube を使い、ライブ配信による地区大会に初挑戦しました。ハイライトは、高野孫左エ門 R I 会長代理による、R I の行動計画達成のための優先事項についての分かりやすい解説と、熊本出身の映画監督・行定勲氏の作品「うつくしいひと サバ？」の上映と対談。熊本地震、豪雨災害への支援協力も誓い合い、さらに、全国からの支援に対する謝意を、被災したロータリアンと共に発信しました。スタートからエンディングまでさまざまな企画を盛り込み、新しい形の大会を実現できました。

NEW GENERATION

ニュージェネレーション

縁あってロータリーに触れた若者たち。彼らはいま、何を思い、どんなことに挑戦しているのでしょうか。

クラブに入ってみたら…

インターアクター 小倉 弥々^{みゆ}

私は高校に入るまでボランティア活動に参加する機会がなかったので、たくさんの経験を積んで成長したいと考え、インターアクトクラブに入りました。

1年生の時は、思い描いた通りさまざまな活動ができ、たくさんの人と触れ合うことで多くを学ぶことができました。中でも、がん患者支援活動「リレー・フォー・ライフ・ジャパン」では、患者やその家族と交流でき、とても貴重な体験をしました。しかし、昨年度は新型コロナウイルスの影響でほとんど活動することができませんでした。特に地元で開催される自転車競技「JAPAN CUP cycle road race」を応援する活動を2年前から始め、昨年もしっかり楽しんでいたのですが、開催中止となってしまい、とても残念です。

しかしこの1年は、満足に行動できない中で、「私た

ちにできることは何か？」「自分がしなければいけないことは何か？」を改めて真剣に考えるいい機会でもありました。グローバル化、ネットワーク化が進む現代で、私たちのような若い世代に求められることはたくさんあると思います。ボランティア活動を通して身に付けたことを社会に還元できるよう、これからもさまざまな活動に励みたいです。

私は将来のことをまだ具体的に決めていませんが、国公立大学の法学部か文学部へ進学したいと考えています。卒業後も、インターアクトクラブで経験したことを胸に、精進していきたいです。

栃木県宇都宮市在住。宇都宮文星女子高校3年。宇都宮文星などでIAC会長。趣味は映画鑑賞。特に「マッドマックス怒りのデス・ロード」と「ワイルド・スピード」シリーズが好き。



小倉さん(左)

知らない世界との出会い

ローターアクター 渡辺 弦樹^{けんじゅ}

名古屋IACに所属している時は、東日本大震災支援活動、老人ホーム慰問コンサート、間伐ボランティアに参加しました。どれも知らない世界でしたが、現場の方々が素晴らしく、教えられることが多くありました。



青少年交換ではブラジル・サンパウロ州ピラシカーバ市へ派遣されました。その時、日本とブラジルの幼稚園、小中学生との絵手紙交換と絵の展示会を企画し、双方の方々の支えによって実現。企画内容を多くの方に褒められたことがうれしかったです。地方紙や、市の日系移民受け入れ100周年記念史にも、この活動が掲載されま

した。ホストファミリーから「君は日本とブラジルの間に新たな歴史をつくったね。素晴らしい」と言ってもらえたことが、今でも強く印象に残っています。

帰国後は地区のRYLAセミナーや、名古屋大須RCの国際支援活動（ネパール、台湾、ミャンマー）にも参加しました。ミャンマーでは紛争による国内避難民を受け入れる僧侶の姿などを目の当たりにしました。現地を訪問するまでは、子どもたちは日々暗い生活をしているのではと想像していましたが、関わってみると人々はみんな明るく、その背後にある暗い現実を忘れてしまうほどでしたが、再び政情不安定となり心配です。紛争や貧困は「テレビの中のどこか遠くの国の出来事」と思っていました。僕たちが支援できる問題として、自分の中で捉え直すきっかけを得ました。現在は大学で「子どもの貧困」について勉強中です。

名古屋出身。名古屋IAC元会員。芦屋川IAC会員。2015-16年度第2760地区青少年交換学生としてブラジルへ派遣。ライラアン。関西学院大学社会学部3年生。

●皆さんの周りの若い人をご紹介ください！ ロータリーのプログラムに参加したことのある10～30代までの若者（現役、学友どちらも可）を『友』編集部にご推薦ください。記入用紙は『友』ウェブサイト www.rotary-no-tomo.jp からダウンロードできます。

パズル de ロータリー

今月はシークワーズ。パズルは一般的な問題で、ご家族の方でも楽しめます。キーワードを埋めていき、最後に残る言葉はロータリーと少し関係があります。どんな関係かな。ロータリーのこと、ちょっとずつ学ぼう。

パズル制作／ニコリ

問題

リストにある、Oで終わる言葉を盤面から探しましょう。言葉を全て探すと、何文字かが使われずに残ります。その文字を上から下に順に読んでできる言葉は？

ルール

どの言葉もタテ・ヨコ・ナナメ8方向のいずれか一直線に読めます。途中で曲がったり、飛ばして読むではダメです。同じ文字を複数の言葉が使うこともあります。

Oで終わる英単語のシークワーズ

AUDIO	RATIO
AVOCADO	RODEO
CASINO	SHAMPOO
CHICAGO	SOHO
COLORADO	STEREO
MEMO	STUDIO
PIANO	TATTOO
PLUTO	TOMATO
POLO	TWO
POTATO	ZERO
RADIO	ZOO

S	T	E	R	E	O	I	T	A	R
H	T	O	M	A	T	O	O	O	O
A	L	U	P	L	U	T	O	D	D
M	R	A	D	I	O	D	Z	A	E
P	O	N	A	I	P	P	I	R	O
O	O	D	A	C	O	V	A	O	O
O	H	O	S	T	G	P	O	L	O
M	O	G	A	C	I	H	C	O	R
E	O	T	O	N	I	S	A	C	E
M	O	O	T	T	A	T	W	O	Z

答



一人でも
楽しめる！

毎月5人に
『ロータリーの友』ロゴ入り
日本けん玉協会公認
「競技用けん玉」を
プレゼント!!

◆パズル de ロータリー応募方法◆ 郵送での応募は郵便はがきに①「5月号の答え」②名前③所属クラブ④今月号で印象に残った記事とその感想をお書き添えの上〒105-0011 東京都港区芝公園 2-6-15 黒龍芝公園ビル 4 階（一社）ロータリーの友事務所 P 係までお送りください。④に関する回答は、「声」欄（縦組み）に掲載させていただくことがあります。会員以外のご応募も大歓迎です。

WEB応募は下記のURL、または右の2次元コードから。
rotary-no-tomo.jp/puzzle.php



◆締め切り◆ 2021年6月10日（木）必着

●パズル de ロータリー（2月号）の答えと当選者は、横組み P46 に掲載しています。

詰め碁



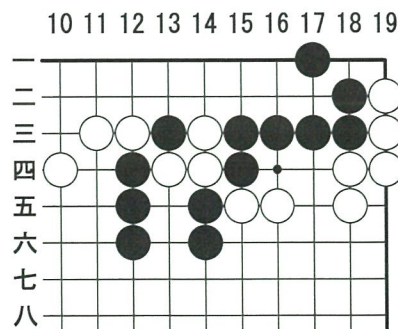
出題

日本棋院

問題

黒先 右上の黒、生きてください。
落とし穴に注意。（3分で初段）

●詰め碁の解答は、横組み P46 に掲載しています。
（※詰め碁にはプレゼントはありません）





RI理事会の決定事項 2021年1月と3月

2020 - 21 年度国際ロータリー(RI) 理事会は 1 月 27 ~ 28 日と 3 月 2 日にバーチャルで会合を開き、8 の委員会報告を確認し、54 の決定を行いました。

管理運営関連

理事会は、

- イボリト・セルジオ・フェレイラ氏の残りの任期を補うロータリー財団管理委員として、即時有効にてマルセロ・デメトリオ・ハイク氏を選出しました。
- メータ会長エレクトによる 2021 - 22 年度ロータリー委員会の任命の推奨を承認しました。これには理事会の委員会も含まれます(執行委員長にピーター・カイル理事、管理運営委員長にスージー・ハウ理事、プログラム委員長にカテリーナ・コサリ・パパディミトリウ理事)。
- 2020 年決議審議会からの 9 件の要請を検討しました。
- クラブと地区の会合への新型コロナウイルスの影響への対応にあたり：
 - クラブ訪問をバーチャルな形式で行うことを地区リーダーに奨励しました。
 - 事務総長に対し、クラブがバーチャル形式での効率性を改善できるよう、モニタリングと支援を行うよう要請しました(ゾーンレベルでのバーチャルなハブを導入するためのリソース提供の検討を含む)。
- 全ロータリアンの安全を図るため、2020 - 21 年度の残りの期間を以下の通りとすることに同意しました：
 - RI 理事会と委員会の会合をバーチャル形式で実施する。
 - ロータリーの資金によるすべての旅行を一時停止とする。
 - バーチャル形式で会合を開くよう、地域リーダー、地区ガバナー、クラブ会長、その他の人に勧める。
 - 理事、管理委員、地区ガバナー、ガバナー補佐、その他のリーダーに対し、

2021 年 2 月 1 日 ~ 6 月 30 日に招集されている直接対面式の会合への出席にかかわる経費を支給しない。

- 多様性・公平さ・開放性(D E I)に関する研修を次期・現・元 RI 役員に提供すること、および行動規範とその違反の際のプロトコルを含む包括的な D E I の方針を作成することに同意しました。
- 地域におけるロータリーのインパクトと価値を高める取り組みの一環として、多様性・公平さ・開放性に関わる問題、地域の意思決定に関するイベントと活動に若いリーダーと女性が参加することの重要性など、地域社会が関心を持つテーマについてオンラインセミナーを開催することを地区とゾーンに奨励しました。

プログラム・表彰関連

理事会は、

- 2020 - 21 年度 RI 超我の奉仕賞の受賞者 134 人、および 2020 - 21 年度ロータリー学友世界奉仕賞の受賞者を承認しました。これらの賞の授与は 2021 年 RI 国際大会で行われます。
 - Rotary Action Group for Menstrual Health & Hygiene [RAGMH] (月経衛生のためのロータリー行動グループ)の承認に同意し、このグループが WASH ロータリアン行動グループと協力することを奨励しました。
- ### 会合関連
- 理事会は、
- ロータリアンおよび開催都市の健康と安全に配慮し、直接対面式による 2021 年ロータリー国際大会(台北)を中止することに同意しました。
 - 2021 年バーチャルロータリー国際大会のプログラム案を作成することを承認

しました。

- 2027 年ロータリー国際大会の開催地として、ハワイ・ホノルルを暫定的に選出しました。
- 2021 年バーチャル国際大会のプログラム案を承認しました。

財務関連

理事会は、

- 2021 - 22 年度地区ガバナーの配分予算 910 万ドルを承認しました。
- 2020 - 21 年度のグローバル補助金の資金に充てるため、ロータリー財団運営準備金からの 750 万ドルを国際財団活動資金(WF)に繰り入れることを承認しました。さらに、2020 - 21 年度のグローバル補助金の資金に充てるため、2020 - 21 年度 RI 資金から最高 750 万ドルを WF のために使用することを承認しました。

-My Rotary

今後の RI 国際大会

2021 年 6 月 12 ~ 16 日

バーチャル

統計

全世界ロータリアン総数

1,190,766 人

クラブ数 36,598 クラブ

地区数 523 地区

国と地域 200 以上

ローターアクト会員数 219,157 人

クラブ数 9,273 クラブ

国と地域 160 以上

インターアクト会員数 362,434 人

クラブ数 15,758 クラブ

国と地域 150 以上

2021 年 3 月 18 日現在

ロータリーの友 
Home Page 
www.rotary-no-tomo.jp

野生型ポリオウイルスによる症例数

掲載ウェブサイト: GPEI
(世界ポリオ根絶推進活動)
<http://polioeradication.org/polio-today/polio-now/this-week/>

		2021 年 1 月 1 日 ~ 3 月 23 日	2020	2019	2018
常在国	パキスタン	1	84	147	12
	アフガニスタン	1	56	29	21
	世界合計	2	140	176	33

RI 日本事務局『財団室 NEWS』2021 年 4 月号から



RI 指定記事

2021 年国際大会

始まる前から参加しよう

国際大会の本会議が始まる前に開かれる大会前行事ではいろいろなことが学べて、他のロータリーの会員と交流する機会も得られます。

2021 年国際大会はバーチャル形式で開催されるので、旅行の手配は必要ありません。それに、大会前行事には誰もが参加できます。今年こそ、メインイベントの前に行われる全てのイベントに参加するチャンスです。

ローターアクト大会前会議:ローターアクトへの理解を深めて、他の参加者とアイデアやヒントを交換し合い、世界中のローターアクトやロータリアンとバーチャルで交流できます。

ロータリー青少年交換役員大会前会議:ロータリー青少年交換に携わるロータリーの会員やボランティアとの人脈をつくる良い機会です。また、地元でのプログラムの改善や立ち上げに役立つヒントやアドバイスを学ぶこともできます。

国際共同委員会大会前会議:イベント「平和のための機会の扉を開く」を開催。今回、世界の親善と平和を促進するという共通目的の下、国際共同委員会を立ち上げ、拡大するためのネットワークづくりの他、インスピレーションあふれる講演、実践的な分科会、交流が行われます。

2021 年国際大会前行事はいずれも 6 月 10 ～ 11 日に開催されます。

2021 年国際大会の
参加登録はこちら
convention.rotary.org/ja

RI 指定記事



ロータリー財団管理委員長からのメッセージ

未来を決めるのはロータリーの会員

名作映画「アラビアのロレンス」で、ピーター・オトゥール演じる学者で著述家のイギリス人陸軍将校ロレンスは、オスマン帝国からの独立闘争においてアラブ民族を支援しています。

アラブの兵士たちを率いて砂漠を横断し、港湾都市アカバのオスマン帝国軍に奇襲をかけるのですが、砂漠の果てに近づいた頃、ガシムという兵士が夜間にラクダから転落し、いないことが明らかになります。もう太陽は昇っており、オマー・シャリフ演じるシャリーフ・アリが率いる部族民たちは、ガシムを捜すために戻るのは無駄なことだ、砂嵐と灼熱の暑さでガシムはすでに死んでいるだろう、と口々に言います。「ガシムの命は尽きた。これは運命で決まっていることなのだ」と兵士の一人がロレンスに言います。

しかしロレンスは引き返し、息も絶え絶えに砂丘をさまようガシムを見つけ出します。ガシムを連れてキャンプにたどり着くと、アリがロレンスに水を渡します。水を口にする前に、アリを見つめるロレンス。そこでこう言うのです。「運命で決まっていることなどはない」

この忘れがたいシーンは、単によく引用される映画の名せりふではなく、世の中の捉え方を示しています。「これまで常にそうだったのだから、この結果を受け入れなければならない」という宿命論に、真っ向から歯向かっているのです。ロレンスが言っているのは、歴史はまだ刻まれていない、ということです。

ロータリー財団についても同じことが言えます。新型コロナウイルスのパンデミックとそれによる経済的低迷という砂嵐から、世界はまだ抜け出せていません。意識向上の活動や、必需品である防護具の提供、前線で働く人々への支援に私たちはまだ奔走しています。

ポリオ根絶活動のパートナーたちと共に、天然痘に次いで史上二度目の疾病根絶を発表する日がいつ来るのかは分かりません。しかし、これまで何年にもわたって尽力してきたおかげで、やがてその日が到来することは分かっています。

また、オットー&フラン・ウォルター財団による 1,550 万ドルの寄付のおかげで、発展し続けるロータリー平和センターは新たな章に入ることになりました。中東または北アフリカに平和専門能力開発修了証プログラムセンターを新設する計画がすでに立ち上がっています。

ロータリーはこうして数多くの素晴らしい活動を展開してきました。その物語に、私は「アラビアのロレンス」よりも大きなインスピレーションを得ています。ロータリー財団の補助金のおかげで命が救われた子どもの名前や、読み書きができるようになった子の名前も私たちはいまだ知りません。こうした補助金プロジェクトが始まったら、皆さんは参加してくれるでしょうか。運命で決まっていることなどありません。決めるのは私たちなのです。

K. R. RAVINDRAN

2020-21 年度ロータリー財団管理委員長

Illustration by Luke Wilson

ロータリー衛星クラブ

名古屋東山新 (2760・愛知県)

スポンサークラブ 名古屋東山

2021年1月5日認可 会員数 11人

例会日: 第1・3金 18:00

例会場: <http://higashiyama-rc.com>

事務所: 〒453-0015 名古屋市中村

区椿町16-4 しらさぎビル5B

議長: 牧 誠治 幹事: 鶴田大介

相模原西令和大野 (2780・神奈川県)

スポンサークラブ 相模原西

2021年2月24日認可 会員数 8人

例会日: 第2・4木 12:30

例会場: カーヴ・ド・東屋

事務所: 〒252-0303 相模原市南区

相模大野5-27-12 3階 座間勇方

議長: 座間 勇 幹事: 角尾彰央

『友』誌ご購読数変更 についてお願い

①次年度『友』誌上半期分(2021年7月号～12月号)の減部のご連絡は、2021年6月7日までにお願いいたします。

②7月号の発行部数決定や発送準備の都合上、6月8日以降の7月号の減部はご容赦ください。

③部数変更のご連絡がない場合には、2021年6月号と同じ部数を送付させていただきます。

④6月8日以降の会員数変動による減部は、2021年7月12日までにご連絡いただければ、「8月号～12月号」の減部として対応いたします。

⑤7月13日以降にご連絡いただいた減部は全て、下半期1月号からになりますので、ご了承ください。

⑥追加購読のお申し込みは、残部がある限りお受けいたします。

定価220円(本体価格200円 送料込)

ご注文はお早めに!

2021 - 22 年度版ロータリー手帳

地区別クラブ数・会員数一覧表

(2021年2月末現在)

地区	R C 数	会員数	20年2月末 会員数
第2500地区	67	2,235	2,303
第2510地区	70	2,523	2,640
第2520地区	77	2,212	2,268
第2530地区	63	2,280	2,346
第2540地区	42	1,150	1,161
第2550地区	48	1,706	1,766
第2560地区	56	2,089	2,147
第2800地区	49	1,553	1,601
第2830地区	40	1,134	1,179
第2570地区	50	1,599	1,624
第2580地区	70	2,920	3,019
第2590地区	55	1,960	2,029
第2600地区	54	1,957	1,995
第2610地区	64	2,569	2,660
第2620地区	77	2,896	2,990
第2750地区	97	4,589	4,832
第2760地区	84	4,782	4,938
第2770地区	74	2,422	2,538
第2780地区	67	2,297	2,397
第2790地区	82	2,734	2,833
第2820地区	55	1,902	2,012
第2840地区	45	2,102	2,136
第2630地区	74	3,116	3,259
第2640地区	67	1,712	1,854
第2650地区	96	4,459	4,653
第2660地区	80	3,515	3,683
第2670地区	74	2,955	3,068
第2680地区	71	2,671	2,773
第2690地区	65	2,990	3,108
第2700地区	61	3,143	3,258
第2710地区	73	3,222	3,329
第2720地区	75	2,400	2,468
第2730地区	68	2,387	2,445
第2740地区	56	2,151	2,227
34地区合計	2,246	86,332	89,539

日本のロータリー

会員概数 86,071人

クラブ数 2,237

(左の表中34地区合計から、第2750地区のPBグループを引いた数です)

ガバナー月信より 2750 クラブ数・会員数は、PBグループ9RC 261人(北マリアナ諸島・グアム・ミクロネシア・パラオ)を含みます。P6「日本のロータリー」数は34地区合計からPBグループを引いた数。20年2月末PBグループ9RC 会員数269人。

地区会員数修正 本誌4月号横組みP40(1月末)表中、2800・1,556人、2650・4,464人、2730・2,385人、34地区合計会員数: 86,510人、表外とP6「日本のロータリー」最終行会員数86,251人。

ご案内 左記一覧表は、3つのゾーン順で色分けしてあります。表中の左端の色と、横組みP47奥付の日本ロータリー分布図の色を対照し、ご覧ください。

*友ウェブサイトの「ロータリー資料館」にデータ修正後の表を掲載しています。

ロータリーの友
Home Page
www.rotary-no-tomo.jp

ロータリーの友

6月号主要記事予定

横組み 七つ目の重点分野 環境を考える

縦組み 悠久の庄内海岸林 クロマツと歩む私の人生

北庄内森林組合樹木医 梅津勘一

この人訪ねて 中島仁実さん(釧路北RC)



ご投稿・お問い合わせは

〒105-0011 東京都港区芝公園2-6-15 黒龍芝公園ビル4階

一般社団法人ロータリーの友事務所 Tel. 03-3436-6651 Fax. 03-3436-5956

編集部メール hensyu@rotary-no-tomo.jp 管理部メール keiri@rotary-no-tomo.jp

ロータリーの友ウェブサイト www.rotary-no-tomo.jp



作家のどなただったか、
「採れたての胡瓜きゅうりを割ると、
夏の夜明けの匂いがする」
と言っていたことを思い出します。

イラストレーター。1953年山形市生まれ。日本大学芸術学部美術学科油画専攻卒。(株)三陽商会広告宣伝室を経て、現在東京都渋谷区でスタジオジャンクル・ジム主宰。書籍、雑誌、広告のイラストを手掛ける。

D R E A M G O D D
T D O L P H I N I O
F D (D) T S S O S S U
I R E I C G C D P B
R I D U A O D O L L
D V S R U I D L A E
E E D N N D (E) L Y G
E R T N (I) L I A R D
P R E N I D A R K O
D R E S S I N G T D

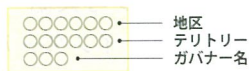


当選者（敬称略・順不同）／西岡秀朗（徳島プリンスＲＣ）、
野村政弘（岡崎東ＲＣ）、佐々木敬宗（倉吉中央ＲＣ）、田辺剛
（越後春日山ＲＣ）、内山晴道（新庄あじさいＲＣ）

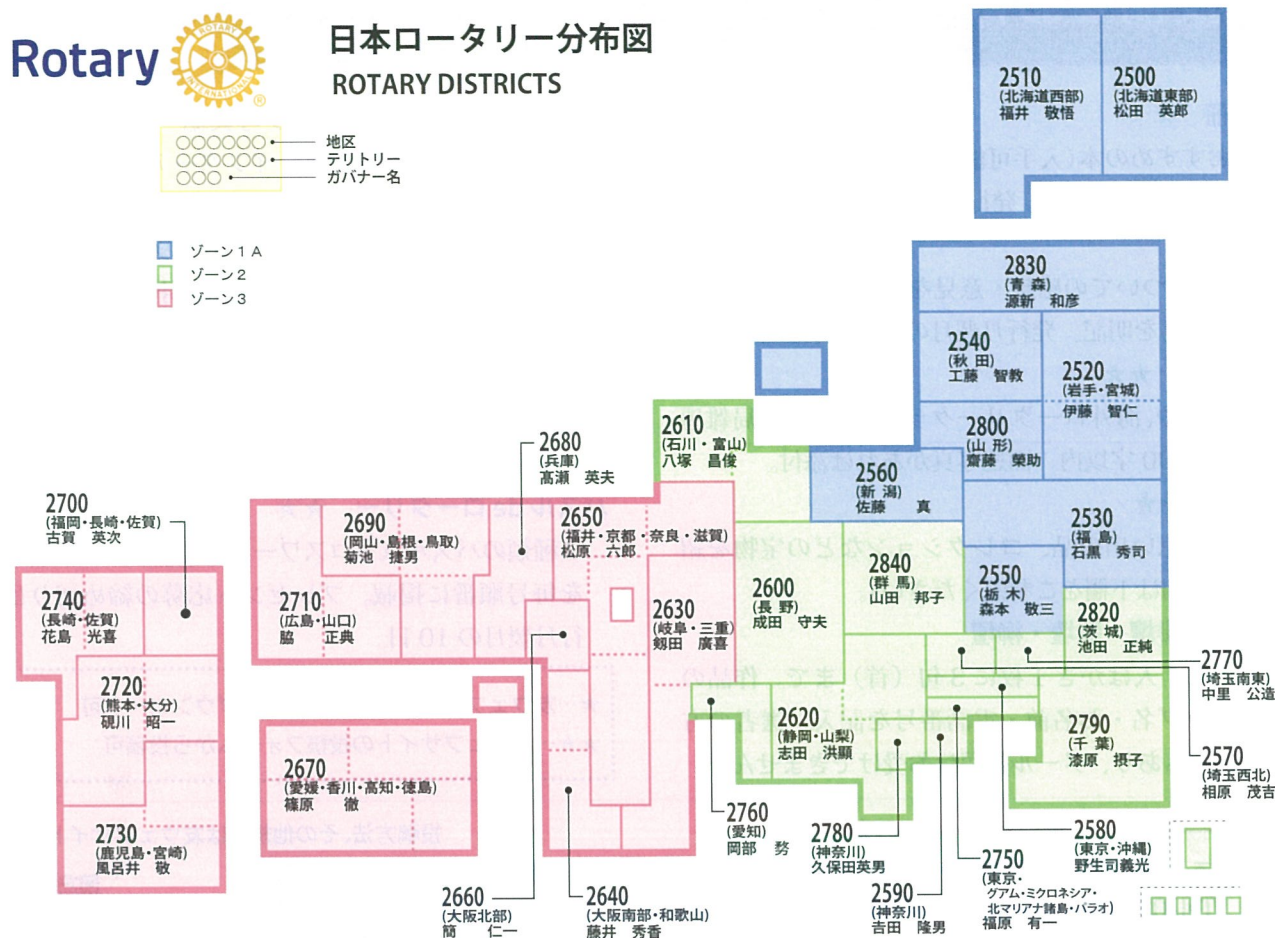
Rotary



日本ロータリー分布図 ROTARY DISTRICTS



- ゾーン1 A
- ゾーン2
- ゾーン3



ロータリーの友ウェブサイト www.rotary-no-tomo.jp に各地区ウェブサイトのURLを掲載しています。

月刊 ロータリーの友

第69巻 5月号

2021年4月30日印刷 2021年5月1日発行

一般社団法人

ロータリーの友事務所

- 社員
- 辰野 克彦 (東京西)
 - 野生司義光 (東京小石川)
 - 福原 有一 (東京銀座)
 - 久保田英男 (鎌倉)
 - 簡 仁一 (茨木)

■ 理事会

- 代表理事 鈴木 宏 (宇都宮北)
- 理事 高野孫左工門 (甲府)
- 安平 和彦 (姫路)
- 片岡 信彦 (土浦南)
- 橋本 長平 (京都東)
- 清水 良夫 (横浜)
- 片山 主水 (名古屋東南)
- 吉田 潤司 (釧路)
- 古川 静男 (松本西南)
- 四宮 孝郎 (大阪西南)
- 若林 英博 (東京麹町)
- 三浦 真一 (東京八王子西)
- 横山 武志 (東京北)
- 恵川 一成 (大宮シティ)
- 羽田 伊助 (東京目黒)
- 慶野 保夫 (小山中中央)
- 野中 茂 (川崎)
- 榊原 一久 (東京豊島東)
- 渡辺 誠二 (東京みなと)
- 野崎 恭子 (新千葉)
- 宮嶋 康明 (横浜西)
- 高野伊久男 (横浜西)

■ 職員

■ 職員

- 所長 渡辺 誠二 (東京みなと)
- 編集長 野崎 恭子
- 編集 稲川 やよい
- 黒野 穰二
- 山名 愛
- 飯田亜由香
- 熊谷健太郎
- 管 理 富澤 美子
- 半田 弥生
- 草野 淑美
- 振込銀行 三井住友銀行浜松町支店
- 口座番号 (普通) 7450015
- 郵便振替 口座番号 00180-8-694591
- 印刷 大日本印刷 (株)
- 表紙印刷 半七写真印刷工業 (株)

一般社団法人ロータリーの友事務所

〒105-0011
東京都港区芝公園 2-6-15 黒龍芝公園ビル 4 階
電話 03-3436-6651
FAX 03-3436-5956
編集部メール hensyu@rotary-no-tomo.jp
管理部メール keiri@rotary-no-tomo.jp
ウェブサイト www.rotary-no-tomo.jp
定価 220 円 (本体価格 200 円 送料別)

落丁本・乱丁本は一般社団法人ロータリーの友事務所までお知らせください。本文・写真などの無断転載・複製を禁じます。

ご投稿をお待ちしています！『ロータリーの友』投稿規定



私の一冊 ★

会員おすすめの本(入手可能な市販書籍)を紹介。書籍名、作者名、出版社、発行年と推薦文(320字以内)。

声 ★★

『友』誌についての感想・意見を200字以内で紹介。対象記事名を明記。発行月翌月の10日締め切り。

友愛の広場 ★★

エッセーや、海外ロータリークラブ訪問記、時局雑感など。1,000字以内。関連写真があれば添付。

私の宝物 ★★

ペット、思い出の品、コレクションなどの宝物を紹介(※詳細は下欄をご参照ください)。

ロータリー俳壇・歌壇・柳壇

1カ月に1人はがき1枚に3句(首)まで。作品の横にクラブ名・お名前・電話番号を記入。選者の方のご都合もあり、メール投稿はお受けできません。

ロータリー・アット・ワーク写真編 ★★

ロータリークラブ、地区、インターアクト・ロータリーアクトクラブなどの奉仕活動を写真で紹介。写真(集合・記念写真不可)と150字程度の説明文。必ず活動日を入れ、活動後1カ月以内にご投稿ください。

ロータリー・アット・ワーク文章編 ★★

内容は写真編と同じ。600字以内の原稿と関連写真を。

内外よろず案内

会員間の趣味の交換、催し物の案内など。200字以内。

パズル de ロータリー ★★

3種類のパズル(クロスワード、数独、シークワーズ)を毎月順番に掲載。プレゼント応募の締め切りは発行月翌月の10日。

- ★…友ウェブサイトから記入用紙をダウンロード可
- ★★…友ウェブサイトの投稿フォームから投稿可

送り先

一般社団法人ロータリーの友事務所

〒105-0011 東京都港区芝公園2-6-15 黒龍芝公園ビル4階

Tel. 03-3436-6651 Fax. 03-3436-5956

Eメール hensyu@rotary-no-tomo.jp

投稿方法、その他規定は友ウェブサイトで！

ロータリーの友
Home Page
www.rotary-no-tomo.jp



「私の宝物」原稿大募集！

あなたの宝物を、全国ロータリアンにご紹介ください。縦組み「友愛の広場」内で掲載します。『友』ウェブサイトからもご投稿いただけます。

原稿	ペット、思い出の品、コレクションなどの宝物について、50～100字でお書きください。家族などをお宝として紹介してもOKです。
写真	「宝物」そのものを大きく写した構図のもの。ご本人や身内の方が撮影したものをお送りください。デジタルカメラ写真は200KB以上のデータをメール添付で、プリントは現物をご郵送ください。
投稿者情報	クラブ名、お名前、日中連絡可能なご連絡先(メール、電話番号)をお書き添えください。



こちらからフォーム画面にアクセスできます！



ふるっての
ご応募
お待ちしております

※写真ならびに原稿は、友ウェブサイト、広報誌など、(一社)ロータリーの友事務所発行の出版物に掲載場合があります。

声

2月号の感想

『友』を読んで、「この原稿を書いた人にエールを送りたい!」「感動した」「知らなかった」などの感想、『友』そのものに関するご意見などを紹介します。

【対象記事】

特集・過去を知り、未来へつなぐ。長崎南RC・福井順氏の「被爆学生証言——死の谷間」原爆症からの生還——(横P8~13)

【感想】被爆当日の様子、すさまじい闘病生活、母の愛による奇跡、周囲の人たちの救い、そして恩師の一言で医師として懸命に生きる決意が固まるまで。その生きざまに、勇気をもらいました。

静岡西RC 金原 康之

【対象記事】

特集・過去を知り、未来へつなぐ。長崎南RC・福井順氏の「被爆学生証言——死の谷間」原爆症からの生還——(横P8~13)

【感想】感動しました。医療に携わる者として、M教授の言葉「医者というものは一日でも長く生きて、一人でも多くの患者のために働くものだ。努力するものだ」は、座右の銘にしたいと思います。

岡山後楽園RC 中村 淳一

【対象記事】

特集・過去を知り、未来へつなぐ。長崎南RC・福井順氏の「被爆学生証言——死の谷間」原爆症からの生還——(横P8~13)

【感想】この文章から、人生観が変わるほどの衝撃を受けました。

宮津RC 後藤 重和

【対象記事】

視点 ガバナーのロータリー・コメント。第2540地区・工藤智教氏の「ロータリーは感動のつぼ」(横P22)

【感想】とても優しく柔らかい文章で、何回も読みました。文末の職業分類に「仏教」とありましたが、この雰囲気はその職業ゆえでしょうか。私もずっと素直でありたいと思いました。静岡RAC 富永 里紗

【対象記事】

地区大会略報II(横P40)

【感想】各地区ともリモート、ライブ配信などを活用しての地区大会開催に至る努力を感じました。

伊東西RC 小川 嘉洋

【対象記事】

スピーチ。ユジノサハリンスク市名誉市民・宮西豊氏の「ロシアとの出会い ロータリーとの出会い」(縦P4~8)

【感想】母の愛に感化され、人間愛に基づく事業を通じてロシアとの平和外交、人道的外交に尽力する姿に感動した。草津RC 北川 義洋

【対象記事】

この人 訪ねて。井原RC・青木茂さん(縦P9~12)

【感想】岡山に住んでいながら井原IIデニムというイメージがなかったため、興味深く読みました。ピンチの中でも新しい挑戦をしているところが素晴らしいです。ぜひ、デニム素麺は食べてみたいと思います!

岡山西RC事務局 木村 祥子

【対象記事】

友愛の広場。敦賀RC・刀根莊兵衛氏の「ロータリーにおけるDEE推進について」(縦P17~18)

【感想】DEEの捉え方を学び、ロータリーでの行動規範としての認識を新たにすることができた。

白山RC 中村 英一

【対象記事】

友愛の広場。佐世保RC・福田金治氏の「ロータリーの将来について」(縦P18)

【感想】ロータリーの木が大きくなればなるほど、足元が見えにくくなっていくように感じていました。ロータリーの原点、と書かれていましたが、本誌連載のコミック「ポール・ハリスとロータリー」はまさに原点を描いています。大人の集まりでもあるロータリーで、個々の会員に説いていくことは難しいと思いますが、やはり基本的な考え方は共有しなければならぬと思います。その機会を提供するのも、またロータリーの役目ではないでしょうか。

盛岡中央RC 佐藤 公江

【対象記事】

友愛の広場。佐世保RC・福田金治氏の「ロータリーの将来について」(縦P18)

【感想】福田氏の提案に賛同します。ロータリー活動の原点は「四つのテスト」に凝縮されています。まずは自分自身がどうあるべきか、を考えて行動したいと思います。

真庭RC 廣岡 順

●本文200字以内。本文とは別に、対象記事名(例:〇月号「友愛の広場」、〇〇さんの記事)とお名前、クラブ名、連絡先を付記しお送りください。詳細は投稿規定または『友』ウェブサイトです!



留学生たちに、米やカップ麺などを寄贈

みんな笑顔になって、一隅を明るく照らしていきましょう。

(佐々木孝寿・記)

地元の大学に通う留学生へ 食料支援

西那須野ロータリークラブ
第2550地区・栃木県

地元の国際医療福祉大学には大学生と大学院生を合わせて約50人の留学生がいますが、コロナ禍でアルバイトや就職活動がままならず、母国へも帰れない状況が続いています。当クラブは毎年、米山奨学生を受け入れ、留学生の事情に通じていることもあって、異国で大変な思いをしながら生活し、勉学、就職活動に励む彼らを支援し、少しでも良い思い出を残してもらいたい

と、2月25日に食料支援を行いました。留学生一人につき、お米5キロ、カップ麺段ボール1箱分、卵20個、レトルトカレー10個、半生麺3個、野菜(タマネギとジャガイモ)、それにコンビニで使える商品券です。

留学生たちは、手に持ち切れないほどの食料に感激した様子でした。寄贈式典では、この広い世界の中、日本を留学先として選んでくれたことに感謝の気持ちを伝え、将来は母国と日本との懸け橋になってくれるよう語り掛けました。クラブでは今後も米山記念奨学事業などの活動を通じ、留学生たちを支援したいと考えています。彼らの素晴らしい笑顔が、われわれにとっての何よりのご褒美となりました。

交通遺児支援のため スケジュール帳などを寄贈

仙台宮城野ロータリークラブ
第2520地区・宮城県

当クラブはこれまで、未来を担う青少年の支援に力を入れ、少年少女柔道・空手活動支援や少年少女野球教室、サッカー教室開催といった奉仕活動を実施してきました。

その中でも2014―15年度から継続している交通遺児支援活動では、宮城県の「交通遺児等教育手当(現・

遺児等サポート奨学金)」のための基金に寄付すると同時に、東日本大震災遺児への奨学金と比べて支援内容が充実していないため、県に奨学金制度の改善を働き掛けています。

今年度はさらに基金への寄付だけでなく、交通遺児の教育環境の向上のための支援策についてクラブで検討。昨年11月には県教育庁総務課長から制度について卓話をしてもらい、交通遺児の教育環境向上に関して話し合いも進めました。結果、目標設定や自学自習力を向上できるようにと地区補助金を活用し、高校進学予定者110人にスケジュール帳を含めたセットを寄贈することにしました。

2月22日、クラブの代表者が宮城県庁を訪れ、副知事と教育長に交通遺児たちが安心して学生生活を送り、希望



スケジュール帳寄贈のため、県庁を訪問

する進路を実現するために役立ててほしいと伝え、目録を手渡しました。副知事から、これまでの支援活動を含めた感謝の言葉を頂きました。交通遺児たちが有意義で実りある学生生活を送れるようになること、少しでも地域の教育行政の向上につながればと思っています。引き続き、クラブを挙げて青少年のために取り組んでいきたい、と思いを新たにしています。

END POLI ON NOW

国際ロータリー(RI)およびロータリー財団が最優先順位活動として推進する、ポリオ根絶活動で使用される標語です。ロゴなどの使用に関しては左記、RIのウェブサイトをご覧ください。
www.rotary.org/ja

米山奨学生

(公財)米山記念奨学会による奨学金を受ける学生のことです。同事業は、東京RCが1952年に始めた「米山基金」から始まり、日本全国の合同事業へと発展。日本で学ぶ外国人留学生を対象に2万1000人以上の留学生を支援してきました。各奨学生には世話クラブが選ばれ、会員の1人がカウンセラーとなって日常の相談役となります。

地区補助金 (District Grants)

ロータリー財団の使命を支える、比較的短期で小規模のプロジェクトに使用できる補助金です。

ROTARY AT WORK

新会員の紹介に続き、会長からロータリーの徽章、ネームプレートを渡し、幹事からは「ロータリーの目的」「四つのテスト」、ロータリーの規則やクラブの事業計画などを手渡しました。

その後、新会員からのあいさつ、最後は会長と幹事、推薦者、新会員の4人で、ロータリーソング「それでこそロータリー」に耳を傾け、入会式を終えました。

本来、入会式は全会員の前で厳粛に行っており、緊張感を伴いつつも感動的な思い出として長く記憶に残る行事です。今回は4人だけで収録し、全会員に向け配信。これまでとは異なりですが、印象深い式典となりました。同時に、緊急時においても入会式は可能だとの手応えが得られました。

(松村晋也・記)

フットサル観戦招待と ポリオ根絶活動

浜松東ロータリークラブ

第2620地区・静岡県

当クラブは1月9日、地元のフットサルチーム・アグレミナ浜松のホーム最終戦に、市内の小学生とその保護者45組90人を招待しました。

当クラブでは例年秋に、小学生を対象にフットサル大会を開催してきまし



会場内で、ポリオ根絶のための募金活動

たが、今年度はコロナ禍により中止その代わりとして、今回の企画を実施しました。

当日は会場のロビーにポリオ根絶のための募金箱を設置し、募金してくれた人には「END POLIO NOW」のロゴ入り選手カードやオリジナルマスクなどを進呈し、PRに努めました。マスクはアグレミナ浜松とのコラボ企画で、新型コロナウイルス対策で着用してもらえれば、露出効果も高くなると期待しています。

場内の大型ビジョンでは試合前とハーフタイムにポリオ根絶活動の動画を上映し、インターネットでも配信。さらに、選手たちは「END POLIO NOW」のロゴ入りTシャツを着て入場してくれました。

試合は石川県のヴィンセドール白山

との対戦。開始早々に先制したものの、その後は一進一退の展開で、惜しくも敗れてしまいましたが、児童らは手拍子で選手を応援し、大変盛り上がりました。なお、当日の様子は地元新聞にも掲載され、ロータリーの公共イメージ向上にも貢献できました。

だがしと笑顔の交換日に 携わって

石巻東ロータリークラブ

第2520地区・宮城県

親潮と黒潮がぶつかる三陸・金華山沖は、世界三大漁場の一つとも呼ばれます。その豊かな海を望む石巻市は全国有数の水産都市で、私も水産物の加工販売を行っています。そんな私がなぜか、駄菓子と関わりを持つことに。

きっかけは、2018年に会った岡山南ロータリークラブ(RC)の秋山秀行さん。(一社)DAGASHIで世界を笑顔にする会(本誌20年7月号横組み46〜47頁参照)の代表理事を務める彼から、その関連イベントを石巻でやりたい、とお願いされたのです。

「そんな面倒なことには関わりたくない」と思いましたが、秋山さんの情熱に心が動かされ、クラブとして初めて、同会による「第3回だがしの日イベント」に協力。旧国立競技場から借



うれしそうに駄菓子を受け取る子どもたち

り受け、石巻市内の公園に設置されていた、1964年東京オリンピックの聖火台に点火したり、アテネオリンピック女子マラソン代表となった坂本直子選手とトーチランを行ったり、と大規模なイベントになりました。

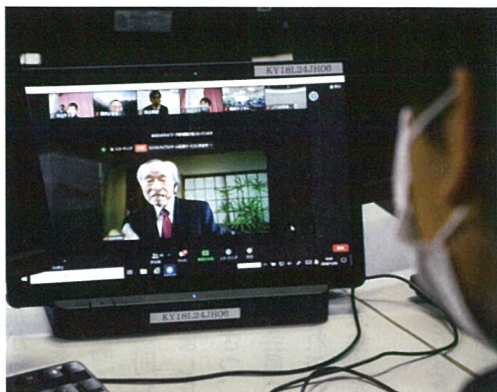
あれから3年、今年は東日本大震災から10年という節目の年。当クラブでは3月2日と11日の2日間、地域の子どもたちに駄菓子を配って、笑顔をつくろうというイベント「だがしと笑顔の交換日」を実施しました。コロナ禍で大きなイベントはできませんでしたが、子どもたちの笑顔の花を咲かせることができました。明るい話題が少ないうえに、イベントを実行してよかったと心から思いました。

笑顔は笑顔を呼び寄せます。しかめっ面はしかめっ面を呼び寄せます。

ROTARY AT WORK

文章編

ロータリークラブと地区の活動を紹介します。600字以内、字数を超える場合など、編集させていただきます。関連写真があれば添付してください。



末松安晴博士によるオンライン講演会

デジタル・DXって何？ デジタル産業企画展を開催

中津川センターロータリークラブ

第2630地区・岐阜県

今回のコロナ禍で、改めてデジタル化がクローズアップされています。そこで、子どもたちにデジタル技術への

興味を持ってもらおうと、当クラブが主幹となり、中津川市子ども科学館で「中津川デジタル産業企画展」を開催しました。期間は昨年11月20日から3月31日までで、中津川市や関係団体の協力を得て実行委員会を組織し、市内20社の企業が参加。各社がそれぞれのデジタル技術や特徴ある自社製品を展示ブースで紹介しました。

小学生から社会人まで幅広い入館者を想定し、地元企業の知名度向上と子ども科学館の活性化、さらには社会のデジタル化の重要性を認識する機会にもつながると期待しての企画です。

開催初日には、市長を含め関係者6人がテープカット。式典後には、当市出身で光通信の権威でもある末松安晴博士によるオンライン講演会を行いました。末松氏の神奈川県横浜市の自宅と市内4中学校、子ども科学館をリモートで結び、中学生（約120人）に向けて「テレワークの時代」をテーマに、光ファイバー通信技術の歴史などを語ってもらいました。

質疑応答などもあり、末松氏との楽しく意義深い交流の場となりました。当クラブ例会会場からもリモートで参加し、その様子を視聴。ロータリアンにもよく分かったと好評で、良い企画だったと思います。

休会を無益にしない！ 医療用ゴム手袋の寄贈

堺ロータリークラブ

第2640地区・大阪府

堺市医師会から医療用ゴム手袋が不足しているとの知らせを受け、クラブとして、すぐに国内外の各ルートを当たってみました。最大供給地であるマレーシアで従業員に多くの新型コロナウイルス感染者が出て、同国内47工場のうち20力所が操業停止となり、価格が暴騰中とのことでした。

そこで、休会中の例会に代わって開いたオンラインミーティングで協議を重ね、①油や薬品に強く、耐久性に優



地域医療の苦境を聞き、ゴム手袋を寄贈

れるニトリル（合成ゴム）製にこだわらず、相応の医療用手袋なら有用な場面がある、②ニトリル製以外であれば調達の可能性あり、との結論に達し、堺市医師会にも現場で活用してもらえんことを確認し、各会員のつてや職業を生かし調達開始。各医療現場への配布は同医師会が担うとの計画も整い、1月19日、医療用ゴム手袋10万枚寄贈に至りました。

休会により浮いた例会費を主な資金として充てたことにより、「例会の休会が新型コロナウイルスの感染予防になると同時に、具体的な活動として医療貢献につながった」との思いを全会員が共有。休会というマイナスの状況に、感染予防と医療貢献という二つの誇れる意味を持たせることができました。

初のオンライン入会式開催

瀬戸ロータリークラブ

第2760地区・愛知県

当クラブは新型コロナウイルス感染拡大の影響を受け、昨年12月以降、ウェブで例会を開いています。対面による例会開催の見通しが立たないことから、1月27日、新会員の入会式を初めてオンラインで行いました。

まずは会長のあいさつ、推薦者によ

ROTARY AT WORK



未来の自信をつくる 子どもロケット体験教室

〈大津中央RC〉

「どうせ無理」という考えをこの世からなくしたい、そんな願いを込めて、地区新世代育成基金を使って「できるよ！飛ぶよ！子どもロケット体験教室」を開催。大津市内の小学生50人が参加した。「自分に作れるわけがない、無理だ」と思っていたロケットを作ったことで、小さな自信が湧き、それが未来への自信にもつながると期待している。なお、当日の様子は地元テレビ局のニュースでも放映された。

(12月26日 第2650地区 滋賀県)



サプライズ花火！〈岡山東RC〉

「希望の花火打ち上げ！子どもたちの笑顔のために」と銘打って、大々的な告知をせず、花火を打ち上げた。新型コロナウイルスの早期収束を祈願し、医療従事者をはじめとする感染拡大防止に尽力する人々にエールを送るとともに、子どもたちや地元の人々に希望と元気を届けることを目的とした。

(12月24日 第2690地区 岡山県)



小学校にプロジェクターを 寄贈

〈五城目RC〉

昨年10月に新校舎が完成した地元小学校の竣工（しゅんこう）記念として、地区補助金とクラブの基金を合わせてプロジェクター3台を寄贈した。全学年の各教室にプロジェクターは備わっているが、支援教室にはなかったため、今回はそれらの教室用に贈った。会員は子どもたちの勉学に役立つことを確信している。

(2月16日 第2540地区 秋田県)



ロータリーファミリーと共に 地球の反対側に届けた奉仕

〈東京調布むらさきRC〉

国際奉仕としてメキシコの公立小学校を支援。同国出身の米山学友で東京広尾RC会員のハプロ・ブーガさんを介して現地のクラブを探し、同国在勤の元グローバル補助金奨学生・岩村華子さんにニーズを調査してもらった結果、当初予定の学習机を電子黒板に変えて寄贈。コロナ禍のため、贈呈式はオンラインで開いた。ロータリーのネットワークを活用し、長期的な見守り体制のある意義ある活動ができた。

(2月6日 第2750地区 東京都)

ロータリーの奉仕活動をカラー写真で紹介。写真と150字程度の説明文。字数を超える場合は編集させていただきます。必ず活動日を入れてください。記念写真（集合写真）は掲載できません。

ROTARY AT WORK



少年フットサル大会

〈京都北RC〉

京都市内の球技場で「京都北ロータリーカップ少年フットサル大会」を協賛開催した。市内の小学4、5、6年生を対象に8人制フットサル30チームが参加。当日は2月とは思えないほどの晴天に恵まれた絶好のサッカー日和で、小学生たちが日頃の成果を十分に発揮できる良い大会となった。

(2月14日 第2650地区 京都府)



子どもたちと陶器の 絵付け体験

〈弟子屈RC〉

今年度の地区補助金事業「野外美術館鑑賞プロジェクト及び地域社会奉仕事業広報プロジェクト」の一環で、子どもたちの芸術体験を企画。会員が認定こども園まじゅうを訪れ、年長園児35人と陶器の絵付け体験を楽しんだ。1250℃の炎で焼き上げ、世界でたった1個のすてきなカップが出来上がった。

(2月8日 第2500地区 北海道)



非接触体温計を寄贈

〈岸和田東RC〉

新型コロナウイルス予防に役立ててほしいと、地区補助金で岸和田市内の学校、幼稚園、保育所など113施設に非接触体温計を寄贈した。贈呈式は岸和田市役所の市長室で行い、市長、教育長らが臨席。市長から「体温測定は感染拡大防止の要。大変ありがたい」との言葉をもらった。数カ所の施設で手渡しする予定だったが、状況を見て断念。体温測定に時間を取られることなく、感染予防・健康管理に、長期で役立つことを会員一同願っている。

(1月5日 第2640地区 大阪府)



ロータリーの森の 木を売却し発電機贈呈

〈千厩RC〉

約50年前に地元の山林を借り受け造成した「ロータリーの森」の木を伐採し、その売却益から地元の就労継続支援事業所・千厩ワークプラザへ、25万円相当の小型発電機を寄贈。同施設長から「野外など電源のない作業場での活用に役立てたい」と感謝の言葉をもらった。

(1月26日 第2520地区 岩手県)



「駅ピアノ」を設置

〈宮津RC〉

地元に移住してきたジャズピアノリスト・金谷こうすけさん夫妻による「音楽にあふれた街づくり」の考えに賛同し、京都丹後鉄道(通称・丹鉄)の天橋立駅に、中学校の閉校で使われなくなったグランドピアノを調律し、1月20日に設置した。多くの人が天橋立駅を訪れ、利用されることを期待している。

(第2650地区 京都府)

00121-27-0000

ROTARY AT WORK



少年剣道大会を開催

〈笠岡東RC〉

第2回笠岡東RC少年剣道大会を開催。入場制限や換気など感染症対策を施し、県南西部7チームでの団体戦と、小学校低学年と高学年、中学生は男女別で個人戦を行った。声援ではなく拍手のみの応援とし、前回大会より静かだった半面、熱い戦いが繰り広げられた。小さな剣士の姿には癒やされ、中学生の迫力ある決勝では延長の延長にまでもつれ、観客は手に汗握った。

(1月31日 第2690地区 岡山県)

介護ロボットを寄贈

〈下呂RC〉

クラブ創立60周年記念事業として、下呂市の補助金を活用し、市内12の介護保険事業所に介護ロボット(パワアシストスーツ)を寄贈。人口減少が進む下呂市では、要支援・要介護認定者は今後も増加傾向にあると推計されているが、介護職員の不足は日本全体の課題。寄贈品が持ち上げ作業や中腰姿勢が多い介護現場で、働く人の負担軽減になり、介護職員の離職防止や確保の一助になることを願っている。

(2月15日 第2630地区 岐阜県)



非接触赤外線検温計などを贈呈

〈三原RC〉

クラブ創立60周年記念事業の一環で、三原市内の全小中学校に、固定式非接触赤外線検温計60台と三脚60台を贈呈した。会員らが市役所で市長と面会し、クラブ会長が「特別支援学校やみはら市民大学(老人大学)などでも使ってほしい」として目録を手渡した。寄贈品は市民の健康管理に日々貢献している。

(12月24日 第2710地区 広島県)

00121-27-0000

ROTARY AT WORK



景観を守れ!! 紅葉の名所で植樹

〈豊田中RC〉

紅葉の名所・豊田市の香風溪（こうふうけい）で、豊田市足助（あすけ）観光協会と足助小学校5年生の児童と一緒に紅葉を2本植樹を行った。景観を保つためには計画的な維持管理が必要で今回で4回目。植樹時には、児童が香風溪の紅葉について調査研究した結果や感想を元氣よく発表。この発表を毎回聞くのも会員の楽しみの一つ。今後も香風溪の景観を守るため小学生と協力していく予定だ。（2月9日 第2760地区 愛知県）



高校の書道部に筆、用紙などを寄贈

〈萩RC〉

書道ハフォーマンスで活躍する萩光塩学院高校の書道部に、地域での日頃の活動に対する感謝を込め、ハフォーマンス用の筆と紙、墨汁などを寄贈した。コロナ禍でイベントが多数中止になり、思うような活動ができなかったが、贈呈式では先生や、卒業を控えた生徒たちの爽やかな笑顔を見ることができた。（2月16日 第2710地区 山口県）



事故防止へパトカー形看板設置

〈湯布院RC〉

2019年、地元で2件の交通事故死亡事故が発生したのを重く受け止め、事故防止に役立てばとの思いで、ソーラー式パトカー形看板を国道沿いに設置。ソーラーパネルで充電され、夜間に赤色灯が点滅するもので、クラブ創立30周年記念事業の一環とし、大分県トラック協会大分南分会と協賛して行った。現地で大分南警察署署長に目録を渡し、関係者と共に完成披露引き渡し式を行った。（2月16日 第2720地区 大分県）



新たな優勝杯を贈呈

〈飯能RC〉

関東各地から卓球チームが集い、毎年開催されている「せせらぎ杯中学生卓球大会」の主催団体に加わり、大会は名称を「飯能ロータリークラブカップ第31回せせらぎ杯中学生卓球大会」とした。新しい優勝杯も準備し、共催する飯能市卓球連盟、せせらぎ杯実行委員会へ寄贈したが、2月に開催予定だった大会はコロナ禍で中止に。とはいえ今後も青少年健全育成のため末永く支援する予定だ。（1月12日 第2570地区 埼玉県）



ロータリー アットワーク

ROTARY 写真編
AT WORK

ドライブスルー形式で 親子を対象に食品配布

桐生赤城ロータリークラブ
第2840地区・群馬県

3月13日、「みどり子ども食堂ふう」との合同イベントとして、みどり市の笠懸公民館駐車場にて、会員19人が参加し、食品配布を行いました。

事前に市立笠懸小学校の児童向けにチラシを配布して、予約をもらった家庭を対象にカップ麺やお餅、レトルトカレーなど、食品の詰め合わせ100個を用意し配布。配布しきれなかった食品は、子ども食堂へ寄贈しました。

例年、合同イベントとして公民館で焼きそば、カレー、焼き芋、クレープなどを会員が材料を準備、調理して、地域の人たちに無料で振る舞う「ランチ会」を実施していましたが、コロナ禍によりありません。今までできていたこともできなくなり、大人も子どもも我慢を強いられている現状があります。今では友達同士おしゃべりをしながら食事もできないため、せめて家庭の中では楽しく過ごしてもらいたい。子どもたちの楽しそうな顔を見たい。そのような思いで、継続実施のためにアイデアをひねりました。

その場で振る舞えなくても、料理済みパックを配布する案も出しましたが断念。徹底した感染予防対策として、ドライブスルー形式で行うことになりました。当日はあいにくの悪天候でしたが、利用者の方は、車を降りることなく受け取れて好評でした。食品の内容も量も十分にあり「ありがたい」「こんなにたくさんいいんですか?」との感謝の声をもらい、無事に配布を終えました。会員も「車の窓越しに子どもが喜んでいる姿を見られて良かった」と感想を述べていました。

(石川守人・記)



発行:日経B P
(2020年10月刊)

得、10人ほどの若手会員と共に1小節ずつ歌いながら数回のミーティングを行い、宮下会員が監修しました。

2019年12月、成田ガバナリーエレクトロ国際協議会壮行会にて皆で歌ったところ、パストガバナリーや参加クラブの会長・幹事の皆さんから好評を得たので、ここでご紹介する次第です。「信州みそ」ならぬ「手前みそ」ですが……。

(第2600地区 長野県 工作機械製造)

父・平山金吾がロータリーで学んだこと

成田 平山 秀樹

この度、父・平山金吾が残した言葉を基に『会社が永続する「31の言葉」』創業120年・平山建設の隔世教育と思考習慣』を出版しました。父は生前「私の人生を支えてくれた言葉」という日めくりを作り、配布していました。この日めくりの言葉の多くは、私の曾祖父で家業の創業者・平山金吉以来、人生と商売の知恵として平山家に伝えられてきた教えから採られています。

す。そして、それ以外の多くは、父がロータリークラブ活動で学んだ、人生の知恵の「言葉」です。父はロータリーが大好きでした。1996—97年度ガバナリーを務め、後半生はロータリークラブ活動のためにあつたと言っても過言ではない人生でした。

父がロータリーから学んだ言葉に「良きフォロワーこそ、良きリーダーの資格」があります。この言葉はまさにロータリークラブにおけるリーダーシップの形を示しているのではないのでしょうか。ある年度にクラブ会長を務めてもそこで終わりではなく、次年度にはクラブ奉仕委員会の一人になり、奉仕活動の最前線に出る、ということはロータリーではよくあることです。クラブでの活動をより観察すれば、会員一人一人が組織、業界を代表する一家言を持つ方々ですから、上から目線のリーダーシップではクラブはなかなかうまく機能しません。ロータリーのリーダーシップはフォロワーシップの第一歩である積極的傾聴から始まる。ロータリーにおいては、リーダーシップとフォロワーシップは表裏一体ではないでしょうか。

また、「身銭を切る訓練」という言葉。自分が苦労して稼いだお金を見ず知らずの人のために寄付することは、一般的には相当な心理的抵抗があります。事業活動での費用は経費算入でき、ロータリーにおいても、ロータリー財団、米山記念奨学生への寄付は税制上で損金算入できます。

しかし、それ以外の奉仕活動に関わるお金はそうはいきません。純粋に個人の負担となります。税金や社会保険料を払った後の残りの可処分所得から負担するしかありません。他にも、領収書すら出ないニコニコボックスなどがあります。つまりは、ロータリーに入ると普通に「身銭を切る」体験をしなければなりません。父はよく「西洋でも可処分所得の1割くらいは、人さまに役立てるために使うことを習慣にしている」と語っておりました。

父とは、亡くなるまでの5年間、同じ成田RCで活動しました。会社は父のおかげで十分に事業継承していたと思いますが、家庭や会社で見るのとは違った父の活動、言動を見ることができました。今まで意識したことはありませんでしたが、本を書くことで改めて父がどれだけロータリークラブ活動から恩恵を受けたかを実感しました。また、私もロータリーで人生訓を学んでいると自覚しました。

先日、父の七回忌を迎えましたが、本を読んでもくさった方から「金吾さんの肉声が聞こえてくるようだ」との感想を頂き、感激しました。感想とともにガイ・ガンディカーの『ロータリー通解』をお贈りいただいた方もいました。この1916年発行の「パンフレット」を読むと、父が生前常に口にしていた「利他」「陰徳」がロータリーの基礎を成していたこともよく分かりました。父には本当に感謝しかありません。

(第2790地区 千葉県 総合建築)

Annotation

ガイ・ガンディカー 1923—24年度RI会長。1916年、ロータリーの理想とその活動を初めて包括的に述べた『A Talking Knowledge of Rotary』(翻訳本「ロータリー通解」)を記す。なお、『友』では次年度、「ロータリー通解」を紹介する予定です。

たい、という思いに駆られ、インターネットで調べてみました。すると、「ユニセフ」という世界中の全ての子どもへの健やかな成長のために活動している機関があることが分かりました。そして、その活動の中に、新型コロナウイルスによって命が危険にさらされている子どもたちを支援する募金があることを知りました。募金で集まったお金は、発展途上国の子どもたちに、新型コロナウイルス感染症予防のための衛生用品を届けたり、感染予防の知識を広めたりすることに使われているそうです。私は、自分のお小遣いから少しですが募金しました。

今の私にできること。それは、「ほんのちよつと、勇気を出すこと。ほんのちよつと、意識を外に向けること」なのかな、と考えています。そうすることで、自分が何をしたいのか、どうするべきなのか、実際の行動としての答えが見えてくるような気がしています。

世界の困っている人のために何かが行動している人は、決して遠い存在ではありません。こんなちっぽけな自分でも、勇気を出し、意識を外に向け、実際に行動すれば、誰かの力になれることはあるのです。そしてもちろん、それは、世界の人に向けてということだけではなく、身近な人たちへの接し方でも同じことだと思います。今も私にできること。これからまた、私のアテンナに引っかかることがあったら、勇気を出し、意識を外に向け考えたい。そして、行動してみたい。6年間共に歩んだランドセルは、ちっぽけな私に、こんなにも大きな考え方をプレゼントしてくれました。

(第2820地区 茨城県 旅行業)

クラブソングをご披露

上田西 西田 不折

上田西RCには、2曲の会員フェイバリットソング(?)があります。現ガバナリーの成田守夫さんが当クラブの第25代会長の時、クラブ創立25周年の記念としてクラブソングを作ろうという話になり、当時の幹事・宮下勇二会員を先頭に実行委員会ができました。

ある日の例会時、皆が昼食中のところへ、幹事から「クラブソングの歌詞を考えろ」との要望がありました。そこで、食事をしながら私が考えたのが「上田西ロータリークラブ応援歌」です。当地出身のミュージシャン「H&O」の「想いがいっぱい」の歌のメロディーに乗せて浮

かんできた言の葉です。

クラブへの愛着、会員であることの誇り、仲間同士の連帯感などを盛り込もうと考えました(歌いだしの「ささやの階段」は、例会場ささやホールのことです)。例会が終了する頃には、おおむね出来上がっていました。テーブルを共にした、作曲担当となる宮下貞夫会員(クラシック音楽に詳しい歯科医)に見せると、「いいじゃない」と肯定的な感想でした。

ただ、クラブソングとなるともう少しオーソドックスなもの、ロータリーの存在意義、使命、仲間会に会いたい思いを言葉にしようと、別に「上田西ロータリークラブソング」も作詞しました。この2曲は、宮下貞夫会員のメロディーを基に、大勢の仲間の力を結集してできました。成田さんが理事長を務める専門学校の中に音楽療法士の養成コースがあり、講師の先生の指導を

上田西ロータリークラブ応援歌

作詞：西田不折 作曲：宮下貞夫

① ささやの階段のぼる

今日の昼飯 なんだろう
今日の卓話は 誰だろう
コメント楽しみ ニコBOX
会長挨拶 短くネ
皆の笑顔で 心が和む
ロータリー ロータリー 上田西ロータリー

② 昼飯食ったら 眠くなる

抜き書き卓話は 子守歌
みんな歳だからしゃあねえや
それでも集おう 木曜日

仕事は 皆 違うけど
人を思うは 皆 同じ
ロータリー ロータリー
楽しいネ ロータリー

③ U君 今日は 顔みせない

風邪でもひいたか 腰痛か
仕事が忙しけりゃ 幸いだ
木曜 木曜 皆会える
君がいないと さみしいよ
勢揃い 勢揃い 上田西

ロータリー ロータリー 上田西ロータリー

職は忙しく、健康を損ね1年間ハワイで静養中、とのこと。「ロータリーも少し考え直す必要がある」と言われました。次に来るのはガバナーかノミニー専用のバスのはずだが、あなたはどのガバナーか、と聞かれ、私はガバナーのお供だけでも、その日はガバナー夫妻はドイツのライン川下りに行っておられるので、一人で大会場へ行く途中です、と答えました。

バスが来て、私は辞退しましたが、向笠さんは「自分も乗るから一緒に乗りましょう」と言うので、お言葉に甘えて乗り込みました。バスの中のにぎやかなこと。宴会のような騒ぎで、向笠さんに気付いた人、あいさつをする人は一人もいませんでした。

2012—13年度RI会長の田中作次さんとお会いしたのは、その年度、私が地区青少年交換委員長をしていたことがきっかけでした。石川正一ガバナーともども、最大の応援をしてくださいました。田中さんは、親善と奉仕を通じて平和に貢献しようと大はりきりで、青少年が平和の種をまいてくるようによく指導するよう、いつも激励を頂きました。

田中会長が南米を回っておられた折、あるクラブの例会場で青少年交換学生たちのテーブルに近づく、近況などを聞かれたそうです。たまたま、わが地区から派遣されていた学生が例会場の前でひたたくりに遭い、一番大事にしていた辞書もなくしたことを話したところ、多忙を極めていた会長からすぐに同じ辞書が届けられた、とこちらに報告がありました。私は感動して、このエピソードをあちこちでご披露した次第です。
(第2580地区 東京都 英語通訳)

今の私にできること

結城 齋藤 章

当クラブは、地元小学校の卒業生が寄付してくれたランドセルをタイに送る事業を行っています(2020年11月号縦組み24頁参照)。このたび、ランドセルを送ってくれた結城市立結城中学校2年の檜山芽衣さんがこの体験を「少年の主張茨城県大会」で「今の私にできること」として発表、県教育長賞を受賞しました。素晴らしい内容なので、紹介させていただきます。

「使い終わったランドセルを、発展途上国の子どもたちに送り返せんか」。卒業間近、学校で配られた紙に書かれていたメッセージに思わず目が留まりました。私は、(そうか！ 小さなことでも世界の困っている人のために力になれることはあるんだ！)と気付きました。

家に帰り、母に、「ランドセル、発展途上国



友好クラブを通じて現地の子どもに届けられた

の子どもに寄付したい」と言うのと、「いいかもね。でも思い出に残したいんじゃない?」と言われました。私は少し迷いましたが、寄付することに決めました。

ランドセルを持って行く当日、入学前に両親と買いに行つて、何色にするかいっぱい悩んで決めた時のことを思い出しました。心を決めたはずなのに、いざ手放すとなると、なんだか惜しい気持ちがあふれてきました。

でも、自分で決めたことです。(小さなことでも、今の私にできることをしたい)と思った最初の気持ちに、心の中で思いきりかじを切りました。そして、6年間一緒に歩んだ愛着のあるランドセルに「ありがとう」と言ってお別れました。(どうか、私のランドセル、大切に使用してくれる子どもに出会ってね)と願いながら…。

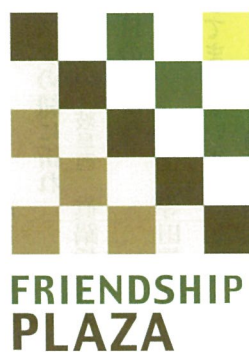
帰り道、(花のししゅうがあるから女の子が使ってくれるかな、喜んでくれるかな)と想像すると、別れるさみしさからわくわくした気持ちに心が変わっていききました。今では、思い切つて寄付してよかったなと思っています。

世界には、貧しく苦しい思いをしている子どもたちがたくさんいます。日本では当たり前のような安全な水、教育、住居、栄養、情報へのアクセスなど、基本的サービスが受けられていません。

そんな中、今世界中で猛威を振るっている新型コロナウイルスによって、発展途上国の弱い立場の子どもたちがますます苦しい生活になってしまいかもしれないと考えると、胸が苦しくなります。私に何かできることはないのでしょうか。

「ランドセル」を送ったきっかけは与えられたものでしたが、今度は自分で何か見つけてみ

友愛の広場



エッセー、海外のロータリークラブ訪問記、時局雑感など。1,000字以内。関連写真があれば添付してください。

フレ！フレ！ 佐藤輝明選手

柳井西 秋田 京子

『友』2021年2月号本欄の記事「会員のお孫さんがドラフト1位指名！」で、村田ロータリークラブ(RC)佐藤勲会員のお孫さん・佐藤輝明選手が阪神タイガース入りしたと知り、欣喜雀躍しました。と申しますのも、私は自他共に認める阪神タイガースファンなのです。昨シーズンこそ新型コロナウイルスの影響で応援に行けませんでした。毎年何度も球場に足を運んでいます。

私の住む柳井市は山口県東部に位置し、人口約3万人の静かな町です。日本でも有数の日照時間の長さを誇る地域で、穏やかな気候と自然豊かな風土に恵まれています。民芸品・金魚ちょうちんが泳ぎ、伝統が息づく白壁の町「やない」



次年度「狂虎」会長と幹事、金魚ちょうちんも応援！

には、四季折々に、どこか懐かしいような表情が見られます。古くからの阪神ファンの方はご存じでしょうが、1960年代に4番打者として活躍した遠井吾郎選手は、わが母校・県立柳井高校の出身です。その関係もあり、長年阪神タイガースを応援してきました。

ちなみに私のLINEの登録名は「狂虎」(京子)です。次年度、2度目の会長を務めますが、幹事になる幸田憲明会員(泌尿器科医)も大の阪神ファンで、今年は二人して精いっぱい応援します。

佐藤輝明選手は名前の通りタイガースを明るく輝かせてくれ、大活躍されることでしょう。今年こそ1985年以来的の日本一を、そして球団マスコット・トラッキーの背番号が1985から2021に変わることを願っております。

フレ！フレ！ 佐藤選手！！
フレ！フレ！ タイガース！！

(第2710地区 山口県 総合不動産)

日本人RI会長 お三方の思い出

東京福生 祖父江重夫

入会以来四十余年になりますと、いろいろ経験をするものです。日本人で国際ロータリー(RI)会長になられたお三方に直接お目にかかり、声を掛けていただいたのもその一端で、これは私のかけがえない思い出、宝物です。

1984年、イギリスのバーミンガムで開催された国際大会に参加しました。日本人朝食会に出席した後、外に出ると、そこに1968—69年度RI会長の東ヶ崎潔さんが、お一人立ておられました。私に気付かれ、どこから参加したか尋ねられたので、東京から来たことを告げましたら、当時90歳近かった東ヶ崎さんが私に親近感を抱いてくださったのか、「ロータリーを楽しんでいるか」と尋ねられたのです。

私は「はい、いろいろ素晴らしい先輩、仲間の皆さんにお目に掛かれお話を伺えるなど、喜んでおります」と答え、怖いもの知らずだった私は、東ヶ崎さんは近頃のロータリーをどう見ておられるかをお尋ねしました。すると東ヶ崎さんは「どうもわざわざわしている。日本で10万人、世界では100万になりそうではね」と、ただそれだけでした。それで納得しました。私が師と仰ぐ佐藤千壽バスターガバナーのいつもの嘆きと一致したからです。

その翌々日、大会場行きのバス停で、向笠廣次直前RI会長がバスを待っておられました。前年度のご苦勞に感謝したところ、本当に会長

電線の雪の雫を聴く夜かな

新潟東 本間 徳蔵

散歩して買物をして日脚伸び

千葉・富津中央 三枝 一雄

換気して守る命やすきま風

千葉・富里 寒郡 政雄

あじぎない町にはつはつ桜餅

東京荒川 井上 久子

一頁彼の名で埋む初日記

愛知・瀬戸 玉井美智子

抽んづる山もあらざり冬霞

兵庫・甲子園 田中 由子

三十秒洗ひ続けて凍る指

香川・高松 大平 昇

寒雀無一物なり自由なり

愛知・名古屋錦 石井 弘子

数へ日やコントラバスのひとり言

埼玉・日高 長澤みつこ

片栗の花を尋ねて行く山路

愛知・岡崎南 中根 義雄

蠟梅の拗ねたるやうにむかふ向き

埼玉・川口中央 納口 俊通

やはらかき耳よマスクの紐に折れ

岐阜西 眞鍋倭文子

一日中手洗ひ消毒日の短か

奈良 寺田眞佐子

龍の玉余生と言ひてまだ老いず

埼玉・日高 引間 禿牛

白帯の黄色き声や寒椿占

愛知・名古屋錦 中山 信義

投稿規定 ◆雑詠 ◆会員、家族、ロータリー家族 ◆一カ月に葉書で一人三句まで ◆締切二〇日必着 ◆葉書ウラにもクラブ名・氏名 電話明記 ◆文字明確に ◆『友』俳壇係宛

蔵開き軒先飾る酒林
友垣集い新走り酌む

長野・佐久コスモス 中澤 道保

家ごはん一合半の炊きたてと
根深汁こそ馳走となりぬ

茨城・古河東 小山 幸子

最速の春一番に目覚めたる
庭の古木に梅花一輪

茨城・日立 鈴木 一良

部屋中に小豆の粥の香りせり
正月十日うれしかりけり

茨城・友部 矢吹 和夫

蹲に落つる雨音の響き良く
楽譜に編めばメゾフォルテなり

埼玉・上尾西 石川 和子

みぞれ止み二月の朝日浴びし枝
そのてつべんに真黄色の柚子

埼玉・熊谷龍原 森田 光彰

疫病の流行る街筋眺めれば
いづこも同じ八時閉店

埼玉・川口中央 納口 歌俊

日曜の昼間の麦酒美味きかな
肴は烏魚子(カラスミ) 薄くスライス

三重・上野東 前田 欣也

モナリザはベストもコロナも戦さえ
微笑み浮かべなお生きてゆく

京都東山 池田 敏子

久に聴く楽興の時遠き日の
堀内敬三の声よみがへる

奈良 寺田眞佐子

オクラ好き香川産なるオクラをば
旬に買い占め冷凍保存

香川・高松 平峯 千春

谷深く橋脚立ちて新しき
橋は誘ふ神話の阿蘇路

熊本水前寺公園 北里美知子

投稿規定 ◆雑詠 ◆会員、家族、ロータリー家族 ◆一カ月に葉書で一人三句まで ◆締切二〇日必着 ◆葉書ウラにもクラブ名・氏名 電話明記 ◆文字明確に ◆『友』歌壇係宛

七十三もうこれからは高齢者

日本ロータリーEクラブ2650 西川 政美

クラス会また会おうでも会えるかな

大阪大淀 長谷川眞哲

日向ぼこ散歩も自由野良猫よ

埼玉・熊谷龍原 森田 光彰

家飲みの日ですよと寺の鐘

福岡イブニング 田中 孝二

食器棚暮らしを語る皿の数

高知西 松田 康司

故郷の訛りは消えず妻元氣

福岡イブニング 菊池 文彬

カタツムリ土が恋しい葉っぱ裏

大分・中津 福澤 廣明

夜の街政治家だけが闊歩する

神奈川東 岩澤 利雄

ワクチンかコロナが先かせめぎ合い

神奈川東 白鳥 厚夫

ゴーツーで暇な人だけ浮かれてる

神奈川東 吉田 隆男

コロナでも変わらぬ友とオンライン

埼玉・入間南 大野 快三

目に見えぬコロナ退治に神頼み

埼玉・入間南 荻野 静次

人間が好き密が好き祭好き

大阪・堺清陵 物種 唯修

キラキラの孫の未来に夢貫う

高知西 橋本 栄彦

投稿規定 ◆雑詠 ◆会員、家族、ロータリー家族 ◆一カ月に葉書で一人三句まで ◆締切二〇日必着 ◆葉書ウラにもクラブ名・氏名 電話明記 ◆文字明確に ◆『友』柳壇係宛



長谷川 權 

春立つや心ひとりが野へ山へ

埼玉・川口 竹本 佳徳

コロナ蔓延（まんえん）下の生活がすでに一年を超えた。この句、春になっても家から出られないが、心ばかりは、というのだろう。「心ひとり」といったので心が人の姿をしている。

春いつも庭の小さな木より来る

愛知・西尾 KIRARA 丸目 藤二

何の木だろうか。春が近づくと、庭の小さな木がまっさきに春めいてくる。今年も違（たが）わず、その木から春がはじまった。木の芽が動き、花がほころぶのかもしれない。

大雪の山美しく畏怖しく

東京ワセタ 福地桂之助

月をすっぽりとかぶった山。真っ白で美しいばかりでなく恐ろしいまでに。「畏怖」の字を使えば神々しくも見える。きっと神の鎮座する山なのだろう。

花の種蒔きて愛妻しづかなり

埼玉・川口中央 細井善次郎

しずかにそこにいる妻。妻のたたずまいが存分に描けた。よくあるように老妻といわず、愛妻といったところがことにいい。妻はいくつになっても愛妻なのだ。

独り居の大きな放屁あたたかし

北海道・登別 寺島きしを

これもコロナ生活の句。独り居なので、心置きなく「おなら」ができる。糞尿（ふんによう）、放屁（ほうひ）の句など取り立てて句にする必要はないが、まぎれもなく人間の真実。



馬場あき子 

みずずかる信濃の奥の^げ下^げの國
一茶が遺す俳句二萬句

東京ワセタ 福地桂之助

「みずずかる」は信濃の枕詞。小林一茶は信濃の奥の柏原村に生まれ、江戸に奉公に出たあとと帰国し、不幸の重なる貧しい一生の中でたくさん句を遺（のこ）し、近代になってから自然主義の波の高まりとともにクローズアップされた。松尾芭蕉、与謝蕪村とともに三大巨匠とされている。作者の感動もそこにあるだろう。

下^げの國については一茶も「下^げ下^げ」も下^げ下^げの國の涼しさよ」と詠（よ）んでいる。

底ふもの無き安らぎを思ふとき
庭の植木の水やりありき

東京荒川 井上 久子

作者は八十代の方である。上句には、なお元氣をもって底（かは）うものがあるかを探す心があり、それが無くなった「安らぎ」をそうだったのだと改めて「思ふ」いまの立場であることを自覚している。元氣な老人はその辺がむずかしい今日なのだ。そうしてみつけた「植木の水やり」、たぶんこれからは、植木の世話にかなりの時と手間をかけるようになることであろう。

初場所で主役を張って初優勝
相撲人生に栄光あり

宮城・古川東 高橋 義宣



てじま晩秋 

天 精一杯の笑みをマスクが邪魔をする

大阪西 鴨谷瑠美子

地 お母さんマスク地蔵に手を合わせ

京都・宇治鳳凰 辻 幸男

マスクの句が二つ並びました。本春も「マスク、マスク」で明け暮れました。元氣で有名なタレントの皆さんもマスク顔が目立ちました。「もう二度とこんな光景は見たくない」と皆さまも思っていることでしょう！

人 思い切り頭をぶつけ合う競技

香川・高松 大平 昇

大相撲のことですね。脳しんとうでも起こしてしまわないだろうか……と心配しながらTV観戦をしております。力士の方々も、コロナに十分気を付けて頑張ってください。

涙して昭和歌謡を口ずさむ

東京池袋 小泉 博明

空は青そよ吹く風の音聞いて

東京日本橋東 井口 弘子

逆らわずいつもニコニコ逆らわず

岐阜南 広瀬 之彦

卓話



■「卓話の泉」は、クラブの会報、週報に掲載の卓話の中から、客観的内容の話題、ミニ知識となるものを主に選んで要約、掲載しています。

睡眠力を鍛える

(一社)日本快眠協会代表理事 今枝 昌子

コロナ禍も加わり、不安やストレスを抱える生活が続く、不眠で悩む人が増えています。厚生労働省のデータでは、働く世代である20～50代の人の多くで睡眠の質が良くない、時間が不足している、と感じています。60代以降も睡眠の質は変化しますから、その年齢に合った睡眠を知り、向上させていく必要があります。

2016年11月に行われたアメリカのシンクタンク・ランド研究所の調査によると、日本人の睡眠不足が経済に与える損失は約15兆円。睡眠は、生活習慣病の予防、メンタルヘルス対策はもちろん、感染症にかからない体づくり、免疫機能の維持向上につながりますので、経営者としては従業員に質

の良い睡眠を取ってもらうことが大切です。

例えば、7時間睡眠の人が風邪をひく可能性は17・2%であるのに対し、4時間睡眠の人は45・2%であるという研究結果があります。睡眠が不足すると風邪のウイルスに感染する確率が上がるのです。

また、「あつという間に眠れること」は、良い睡眠ではありません。これは睡眠負債がたまり、脳が疲労困憊^{こんぱい}している状態です。良質な睡眠を取れるかどうかは、布団に入った時にいかに体の芯からリラックスし、放熱できるかで決まります。

眠れる体の基本は「温める」「緩める」。背中や肩周りが固い人は、休憩時間や就寝前の上半身体操がお勧め。肩に両手を置いて腕が床と水平になるまで肘を上げ、息を吸いながら肘を後ろに引いて肩甲骨を寄せ、息を吐きながら肘を前に合わせる前後運動を5セット。続いて息を吸いながら肘を上げ、吐きながら肘を下げる上下運動を5セット。さらに、円を描くように肘を回します。肘が上から後ろに動く時に息を吸い、下から前に動く時に息を吐く円運動をそれぞれ5回ずつ。体操の前後で背中に上下から手を回して、両手の指がどの程度タッチできるか確認しましょう。指の第1関節が触れる状態が理想です。

(第2760地区・愛知県・名古屋みなとRCにて)

私の一冊

さかさ町

横浜鶴見北RC 今井新一郎

リッキーとアン兄妹は、祖父の家を訪れるために汽車に乗りましたが、途中で線路事故に遭遇してしまい、見知らぬ町、「さかさ町」で汽車を降り、宿に泊まることになりました。「さかさ町」では、全てのことが逆さまになります。建物は逆さまに立っていますし、ホテルの看板も上下逆になっています。ホテルで働いているのは子どもたちで、お年寄りのはのんびりとロビーで遊んでいます。他にも、病院における常識や、野球のルールなども全く逆になっています。「さかさ町」では、見ること全てが驚きや発見に満ちています。

この本は、子ども向けに書かれたのですが、物事には、今までの常識や価値観では計り知れない考えや見方があることを教えてくれます。

(第2590地区 神奈川県)



F. エマーソン・アンドリュース作、
ルイス・スロボドキン絵、小宮由訳
岩波書店／2015年12月刊



潮田さん写真提供

イチゴ、ブドウ、ネギ、ダイコン……。潮田さんのコンサル成果

ロータリーの先輩がアドバイザーしてくれた」

潮田さんの下館ロータリークラブ（RC）入会
は2015年。次年度は会長になることが決まっ
ている。同じく次年度、ガバナーに就任する新井
和雄さんが当時、背中を押してくれた。

「最初は無料で行っても、本当に人のためになっ
たらビジネスとして返ってくるよと。職業奉仕で
すね。私のニンジン（ニンジン）は、味覚や栽培技術を知らず
知らずに名人たちから教わってきた。ロータ
リーの先輩のアドバイス、気遣いの仕方は勉強に
なります。すぐ天狗になる僕の鼻も上手に折って
くれるし」

今は全国で150人ほどを指導している。茨城
のネギ、前橋のキュウリ、熊本のミニトマト、熊
本・天草のボンカン、鹿児島（いすゞ）の指宿ではオクラや
ソラマメ、高知の香南市の農協ではニラ、小ネギ、

シヨウガ、オオバ……。

「北海道の中富良野町にある『寺坂農園』も見
ています。メロンですね。寺坂さんは有名農家の
一人で、彼のコンサルができるのは僕ぐらいだと
思います」

ニンジン以外の作物のコンサルができるのはな
ぜだろうか。

「農業の問題は土づくりをしつかりやれば解決
します。でも分かっている人が少ない。カギにな
る肥料も分かっている人はいない」

肥料の6要素の中に窒素、リン酸、カリウムが
あるが、これは「ご飯」で、残りのマグネシウム、
カルシウム、イオウが「おかず」という。

「ご飯ばかり食べさせ、おかずを与えない人も
います。あるいは鉄分やミネラルというサプリに
頼る人もいる。結局、栄養が足りていないから病
気になり、農薬が必要になる。適切な肥料の投与
で土地は変わる。私はプロですから、野菜なら一
作目で結果は出せる。アスリートを育てている感
じです」

ただし、素直に話を聞いてくれる人はいいが、
ベテランになるほど私の強い人が多い。

その点、齋藤さんは潮田さんより10歳ほど年
上だが、素直に「潮田学校」の生徒となった。群
馬県沼田市で「ゆたかぶどう園」を経営している。

「潮田さんは雲の上の人で、私には無理だなと
思ったけれど、夢のある話を聞くうちに、自分もや
りたいと。まずは土づくりを始めました。硬かった
土が軟らかくなり、病気の木が減った。シャインマ
スカットがより甘く、後味が良くなる。しかも売り
方まで教えてくれるコンサルはいないですよ」

齋藤さんは元は郵便局勤めで、12年前から家業

を継いで専業農家となった。

「ワインもやっています。成功したいと言うと、
潮田さんは『じゃ、日本一のワイン作りましょ
う』ってあっさり言うんです」

潮田さんもブドウについて語り始めた。

「齋藤さんのシャインマスカットは東京の高級
フルーツ店で扱うようなブドウにも負けない。ワ
イン用のブドウも糖度25度にまで到達した。日本
のワインの弱点である雑味がなく、これから世に
出てくるワインです。ワイナリーも造りたいし、
人脈づくりも大切です。高級品を売るには高級品
を知らなくてはダメですよ」

地元の農業の先輩であり、沼田市議会議員の茂
木清七さん、潮田さんの勧めもあり、齋藤さんは
沼田中央RCに入会している。

「まさか自分がロータリーに入るとは思いもよ
らなかったけど」（齋藤さん）

さて、潮田さんは独身貴族というか、現在花嫁
募集中とのこと。

「全国を飛び回り、月に20日はホテル暮らし。
来年度はクラブからガバナーも出するので、ロータ
リーも忙しい。なかなかヒマないですね」

にこやかな表情になった。

まだまだ、新しいステージが待っている感じの
潮田さんだった。

◇潮田武彦（下館RC会員） 1975年生ま
れ。東京農業大学卒業後、2000年から農業生
産法人うしおだ（株）を起業、14年にニンジン
ジュース発売開始。15年に下館RC入会。会長
エレクト。17年から農業コンサルタント開始。
（有）筑西アグリ専務。



潮田さんはニンジンよりブドウについて熱く語った。『弟子』の齋藤豊さんと
(群馬県沼田市の「ゆたかぶどう園」で)

もちろん犬ばかりではない。

「お客さんにニンジンはどう調理するか聞くと、ジュースにすると言う。がんで調子が悪かった人がいて、『すぐくおしいの。だから高くても買いに来るのよ』。つまり、お客さんに教えられたんです」

闘病で苦しむ人に栄養価の高いニンジンジュースのニーズがあること、添加物や砂糖が入った商品がほとんどで困っていることを知った。

「日持ちのために添加物を入れるのですが、私は添加物が入らないジュースを作りたい。そこでようやく勉強が生まれました」

潮田さんは農大時代、北里研究所に2年間派遣されていた。卒論のテーマは「放線菌」である。

「土の香りって放線菌の香りなんです。土

中にいる菌で、抗生物質が取れる。つまり、土中の菌を分離して薬を作って熱などを抑えている。環境にとつてはいい菌で、土中でバランスよく増やせば、農薬を使わなくてもいい土壌ができる」この放線菌による豊かな土壌づくりに成功し、保存するための添加物の要らないニンジンができるようになったと言う。

「北里研究所のトップは大村智先生。ニンジンジュースが脚光を浴びていた2015年、大村先生がノーベル賞（生理学・医学）を受賞されたのには驚きました」

ここまでが潮田さんの第1ステージ。今は農業コンサルタント業に乗り出し、これが潮田さんの第2ステージとなっている。

農業の問題点は「土作り」 アスリートのような野菜目指せ

2015年ごろから潮田さんは講演する機会が増え、県内の後輩たちを集めて勉強会もするようになる。「6次産業化」ブームでもあった。生産、加工、流通・販売を一体化させる6次産業化は、農水省も推進している。

「でも難しい。6次産業での農家のライバルは、食品業界です。商が主導権を握ると、作物は安く買いたたかれる。農家は高い品質の作物を土台にする6次化を進めたい。そのコンサル（コンサルティング）ができるのは自分だと思いました」

生産者であり、インターネット販売については先駆者でもある。

「全国の農業者と交流があったので、聞きたい人がいれば無料で行くよ、と言って始めた。でも自腹ですからね。本腰を入れるか迷っていた時に



せて作る。1本700円のジュースを頂くと、ほのかに甘い。砂糖や添加物は一切使用せず、後味がすっきりとしている。

これをインターネット限定で5本セットの一箱5000円で販売、毎年4万本が売れるという。経産省のクールジャパン商品にも早くに認定されている。

「いいニンジンを作るまでに10年、ジュースにするまで3年。生産数は4万本と決めています。固定客には病気の人も多く、大事にしたいんで」ソフトな語り口だが、農業経営に対する思いは深く、厳しい話にもなる。

「農家って社長なんです。つまり経営者なんです。それが分からない人が多い。農業が儲からないのではなく、儲けられない人が農業をやっているから儲からない」

都会に疲れ、なんとなく農業に憧れる人は多いが、これもピシヤリ。

「農業のイメージを勘違いして入ってくる人が多い。サラリーマンで出世できない人が農業に来てても、社長は務まらない。人の試練に耐えられない人が来ても、大自然の試練の方がもっと大変。私も就農した頃は痛い目を見ました」

青山で出会った不思議な顧客 北里研究所で得た知識

潮田さんはまだ45歳。農業界の風雲児的な存在だろう。それにしても農家、農業といった雰囲気がある。あまりしない。

「そうでしょうね。私は農家という意識はないですね。中学生時代から、会社経営としての農業を起業したいと思ってました」

代々の農家でもない。

お父さんは筑西市の肥料会社の社長で、今も現職にある。

「父の関係もあり、名人農家の畑をよく見て育ちました。そこで採れた野菜や米の味が自分の基準になった。東京農業大学に進み、一人暮らししている時に買った野菜に驚いた。東京の人は、本物の野菜のおいしさを知らないんだと思った」

大きな武器はITだった。

「大学3〜4年の時、父の顧客からサツマイモを仕入れてインターネットで売り、完売して話題になりました。全国各地にITを指導できる人を育ててほしいと言われ、農水省で働いていたこともあり。それで農業界に人脈もでき、就農の資金2000万円もあっさりと借りることができました。理論にもITにも自信あり、自信満々で就農しました。跡を継ぐと思っていた父は、『実際に農業やるなんて話、聞いてないぞ』と言っていました」

しかし、8年間は「暗黒時代」だったと言う。約3センチほどの畑で始めたが、野菜の品質も上がらず、借金は増えた。

「1日15時間、365日働いても借金が3000万円になり、さすがに心が折れた。今、考えると作物を見てなかったですね。ただお金儲けをしたい、成功したいという気持ちだけでした」

潮田さんは、齋藤さん(写真左)の赤ワインに「天の雫」と命名している



儲けるより借金が増えないようにするため、段階的に耕地面積を縮小した。

作物をニンジンに絞り、研究を重ねた。畑ごとに種まきの幅を変え、肥料を変えてデータを蓄積し、10年以上かけ、高品質のニンジンができるようになった。

「いい品質のものは高く売りたい。でもニンジン3本で400円以上になると、地元では売れない。毎週土日、東京の青山で開かれるファーマーズマーケットに通いました。最終的には一袋600円で売れるようになりました」

ここでカルチャーショックを受ける。

「青山、六本木の住人たちが『〇△ちゃん、あなたのニンジンが好きなのよ』と言う。子どもも思ったら、大型犬でした。うまさを知った、ゴールデンレトリバーが、私の前から動かない」と、苦笑する。ニンジン8袋、5000円ほどをペットに買い与える人がかなりいた。

この人訪ねて

USHIODA TAKEHIKO

潮田武彦さん

● 下館ロータリークラブ

konohito・tazunete



「にんじんジュース」の風雲児
農業がリードする六次化への道

今回の主人公の潮田武彦さんは、茨城県筑西市に生まれ育った。

筑西市は県北西部にあつて人口10万ほど、旧下館市が3町と合併してできた町である。関東平野のど真ん中にあり、筑波山が美しい。のどかな田園地帯に、潮田さんが経営する「潮田農園」はある。

「茨城県ですが、車で10分も行けば栃木県に入る。栃木文化圏でしょうね。水戸より宇都宮の方が近く、この辺は栃木弁です」

市の面積の半分以上は耕地で、米どころであり、畑作、ナシやイチゴなどの農家も多い。

「日照時間が長く、よく作物ができるんですが、農家をやる人も多い。最近は畑に太陽光発電のパネルが目立って残念ですね」

潮田さんはニンジン農家。『週刊ダイヤモンド』の人気企画「儲かる農業2021」（3月20日号）の「中小キラリ農家ベスト20」を見ると、全国2位。機動性、収益性に優れた農家を選ぶランキングの上位にいる。

主力商品は「にんじんジュース」である。

30㍓ほどの畑で採れたニンジンを生熟、熟成さ

場合によっては大人に媚(こ)を売(う)るような行動をとることさえあります。とても悲しいことですが、虐待の本当の意味とか苦しさを感じないように、自己防衛をしているのです。周囲はなかなかその重大さには気付かず、のちのち出てくるのが大きな問題です。ストレス下にある子どもは、発達課題を乗り越えることも難しくなります。

子どもへのストレスケアですが、実はあまり難しいことはありません。その子のために安全で安心な生活を確保し、ストレス症状への理解を共有して、その年齢に合った発達課題をこなしていくべきだと考えています。

まずは子どもを一人にしないこと。できれば誰かがいつもそばにいて、睡眠や食事をきちんと取らせて、規則正しい生活を形作り、その子が「ここなら大丈夫だ」という状況をはつきりとさせること。思春期なら、その子のプライバシーを尊重してあげることが大事になってきます。

ストレス反応への理解と受容とは、励まし過ぎずにリラクセスさせること。幼い子には、安心させるために抱き締めてあげることも大切です。体の症状は心のサイン。普通の子どもでも「おなか痛い、頭が痛い」と訴えてきたら、心のストレスのサインということが多く、気を付けて耳を傾けてあげましょう。

子どもの不登校や引きこもりにはいろいろな症状がありますが、児童・思春期は精神疾患の好発年齢なので、早い段階できちんと病気を発見して治すことが大切です。最近元気がない、時々学校をさぼる、不安が強くなるなど、小学校高学年で、前兆が出始めることは決して珍しくありません。そういう状態から本格的な精神疾患に移っていく

ことが少ないとはいええず、統合失調症や双極性感情障害、うつ病、不安障害などの病気に進む可能性があります。

初期症状がある子が精神疾患になる確率は低くはないです、実際に精神疾患になっても、親も学校も気付かずに放っておくケースも実は多い。症状が出てから治療を受けるまでの時間が、2年以上と2年未満では予後が大きく違う、というデータがあります。要するに、早く手当てをすればよいということで、最終的には、社会的機能がきちんと改善するということが分かっています。

良いところに着眼、 ルールを決めて、一つ一つ進める

思春期は、身体面では大人になっていくけれども、精神面では、自分とは何なのかを模索している時期です。自信がないので、ストレスにすぐく弱いです。親から精神的に離れていく時期、仲間との関係がより重要になっていく時期ですから、この頃までに、精神発達の中で基本的な信頼、自分から動く自発性とか勤勉性、といった基盤、アイデンティティーが確立していきます。

アイデンティティーを模索している中で、健康的な子は趣味やスポーツで発散していきます。親に反抗したり、非行に走ったり、軽い反社会的言動をしようとするのはよくあることです。健康的な引きこもり、というのも妙な言い方ですが、一人静かに考えにふけったり、日記をつけたりする型もありますから、引きこもりに対してはよく観察してください。

そんな思春期ですが、近年、とても問題になっ

ているスマホ依存・ネット依存について、最後に触れたいと思います。典型的なスマホ依存症の人は、なぜか13歳までにスマホを与えられた、という方に多いようです。スマホは現在、高校生で7〜8割が持っていて、一日4時間以上、スマホを使う子が4分の1くらいいます。夜、布団の中でも続けていて、朝起きられないような「依存性」が心配されています。最終的には学校に行けなくなり、友達も失い、スマホ依存の強い子の中には、抑うつや自殺性、不安などの要素が非常に高く、身体面でも症状が出てくる子もいます。

でも、スマホが悪いわけではありませんよね。どのように対処すればいいでしょうか。皆さんや私が育った時代と今は違い、いきなり対象物を取り上げただけでは解決しません。依存を減らす教育をしていくことが大事になります。難しいことではなく、親がルールを決めて貸し与え、ルールを破ったら返してもらおうこと。

ですから、プレゼントはよくありません。贈られたモノとして、子どもは自分の権利を主張します。それを罰として取り上げたら、その子は今度、親のいない間に車のキーを取ったり、親を家から閉め出したりするようになります。思春期の子は半ば親と自分は対等だ、と思っていますから。「寝る前にスマホ、は脳に最悪。充電は夜、親の枕元ですること」と使い方のルールも決めましょう。

いろいろ述べましたが、大人は子どもに対しても同等に、物事をきちんと理解した上で対処すること。常にマイナス要素ではなく、良いところに着眼し、何事もしつかりルールを決め、一つ一つ進めていくことが大切です。

(ホスト 郡山安積RC)

そのためには、なるべく早くその子の特性を把握すること。この子は集中するのが苦手な子だな、と思ったら環境を整え、物事には短時間ずつ当たらせてみるなど、工夫してほしい。

とにかく、基本的な考え方や具体的な対処法は、その子ができたことを褒めること。できないことを怒るのではなく、できたことを褒める。でも、これが意外と難しい。子育ての中でしつかりルールを作り、できたことを褒めること。基本的な対応です。良いところに目を向けるルールを作り、できたら褒め続ける。褒められる、という体験がこの子たちにはとても大事なのです。

“つまずき”から考える

子どもたちが問題行動をしたときには、何でこんなことをしているんだろう、何に困っているんだろう、と、その子の“つまずき”に目を向け、その子自身が一番困っているということを理解するのが最も大事です。

問題行動は、思春期に起きることが多いのですが、そういう場合は親の役割が大事になります。親が体を張ってでもこれは許さんぞ、という気構えを持ち、ただ怒鳴ったりするのではなく、しっかりとした枠組みを教えることが必要です。

思春期の子は、どこまでやったら親は怒るのか、怒らないのか、試しているのです。親が怒らないと自分のことはどうでもいいと思っているのか、とすねてしまう。この子は今何を感じているのか、常に見守っていてほしい。

どうしても、ストレスに強い人、弱い人がいま

す。社会や学校などの環境の中であらゆる形のストレスが加わると、結果的に出てくるのは、本人の症状や問題行動と呼ばれるものです。そういう場合に、まずその子の特性を理解した上で「うちの子はどんな子なのか？」と考える。自分の子の強み、弱みを理解してあげることが大事です。同じことが起こっても、その刺激に弱い子にはストレスになり、その刺激に強い子にはストレスになっても、症状は見えにくい。そして、あまりにストレスが大きいと、発達課題を乗り越えていく行為が一時的に停止したり、小さい子によく見られますが、子ども返りを示したりします。

また現代では、支えになるべき親が子どもを虐待する事件も増えていきます。子どもへの虐待には大きく身体的虐待、心理的虐待、性的虐待の3種、およびネグレクト（育児放棄）があります。

身体的虐待とは、直接子どもをたたいたりすることで、心理的虐待は暴言や差別などで心の傷を負わせること、さらにお父さんとお母さんを殴るといったDV（ドメスティック・バイオレンス）の目撃も、心理的虐待に分類されます。性的

虐待には、じかに体に接触することだけではなく、裸の写真を撮ったりすることも含まれます。

虐待を受けるとトラウマが起きます。トラウマが起けると、PTSD（心的外傷後ストレス障害）といって、大きな心の傷がさまざまな症状を起こします。そのトラウマの場面が頭の中で浮かぶフラッシュバックや、出来事に関連する場所やその人と会うのを避ける回避、その刺激で眠れなくなったり、興奮したりします。例えば性被害を受けた子どもが病院で突然頭を壁に打ち当てたりする、といった過覚醒があります。

その他の精神症状としては、抑うつ、イライラ、怒り、攻撃性、依存症状などです。大人になっても、突然小さい時のことが思い出されてイライラしたり、同じような状況や同じようなパターンの人と出会うと、突然反応してしまうことがよくあります。

そして、虐待を受けている子どもは、みんな普通に明るく元気な応答をします。小さい時は性的虐待を受けていても虐待の意味が分からず、施設で面談しても、その話以外の時は普通に明るく、



■（社医）あさかホスピタル理事長・院長
佐久間 啓

1956年生まれ。82年 慶應義塾大学医学部卒業。83年 同大病院精神神経科医局入局後、90年 同大学院医学研究科神経精神科学修了、医学博士。92年 アメリカ・コロンビア大学公衆衛生学大学院病院管理学科修了、MPH取得。2015年度日本精神神経学会精神医療奨励賞を「ささきがわプロジェクト」で受賞。共著に『精神科地域ケアの新展開―OTPの理論と実践―』星和書店、2004年。
現在、（社医）あさかホスピタル理事長・院長。慶應義塾大学医学部精神神経科学教室非常勤講師など公職多数を務める。郡山ロータリークラブ会員。

とても興味を持ち、それに対しては非常に能力がありますが、他のことにはまるで興味を示さないこともあります。

独創性と真の想像遊びが欠如しているため、イマジネーションが苦手。現実的なことしか理解できないため、先ほど述べた社会性やコミュニケーション、共感性などがなかなか育たないのです。

とにかく周囲に無関心で、いわゆる「空気を読めない人」と言われたり、非常に受動的、受け身タイプです。自分の思った通りに進まないというパニックになったり、非常に形式を意識したり、1対1では話せても、集団になると問題を起こしたり、症状の現れ方が実にさまざまなので、集団の中で接していると、この人はASDだ、と認知できない場合があります。

ですから、ASDの人たちは自分自身、成長過程で「自分は人とは何かが違う」と感じながら、それが何かが分からずに、孤立して傷付いていることが少なくありません。周囲の無理解もありますが、子どもたちにもきちんと教えないと、不登校や引きこもりなどの社会的な問題につながることも少なくありません。これが二次障害です。

ある程度の理解力、知的能力の高い子は、自分が悩んできたことを説明されると、自分にはそういう傾向があるんだ、と理解します。理解すると、その先はいろいろな意味で大きく違ってきます。

次にADHD、注意欠如・多動症とは、不注意、多動性と衝動性がすぐ目立つ状態になるタイプで、日常生活に支障を来します。注意がうまくコントロールできないタイプ、衝動的でじつとしていられなくて動き回るタイプ、それらが混合されているタイプ、の3タイプに分類されることがあ

ります。日本人には3〜7%いるといわれています。そういえばそんな子がいたな、と覚えのある方もおられるかもしれません。

半分くらいの人は、学童期の間に自然に軽快するといわれており、幼稚園時代にじつとしていない、教室に入れない子が全員ADHDか、というところではないかもしれません。もともと6歳くらいまで、特に男の子は活発に動き回っているものです。大きくなっても全くその状態のままだとADHDを考えるわけですが、今の日本では、やや過剰に、神経質に考えているかもしれません。

注意がうまく制御できないタイプはマンガ『ドラえもん』の登場人物、のび太君になぞらえ「のび太型」とされます。ケアレスミスが多く、気が散りやすく、物事に集中することが苦手で、少しぼーっとした感じ。やりたいことや好きなことには妙に集中できても、それ以外は集中できなかつたり、すぐに注意が他のものに移ってしまうタイプです。学校の忘れ物がすごく多く、毎回注意していても何か一つ忘れてしまい、結局ちゃんと全部持っていくことができません。

衝動・多動型の人は「ジャイアン型」と呼ばれます。物事の優先順位が分からない、ずっと座っているのが苦手という人もいます。普通だったら今は言わないだろう、ということをや平気で言ったり、人が話していてもさえぎって自分の話をしたり、行動したりします。大人でもいます。最後に混合型は、両方の特徴が混ざり合っているタイプです。

一番問題なのは、怒られたりして自信をなくし、自分の力を信じられなくなった子が、中学生くらいで勉強を諦めてしまったり、グレたり、あるいは鬱

になったりすることです。

ADHDの子への対応ですが、気付かれずに育っていくと、ジャイアン型の子は、少し乱暴なタイプとなります。のび太型の子はぼーっとしたおとなしい子なのですが、本人たちは、実は悩んでいます。忘れ物をしたら先生に怒られますし、自分に自信が持てなくなってくるわけです。どうにか自分なりに頑張るけど、また、忘れてしまう。そういうことが繰り返されると、本人はとてつらい。

ですから、ADHDの子どもの場合には、その場その場で全てはできなくても、なるべく不要な感覚刺激を減らすこと、目的や課題に集中しやすい空間をつくるのが大切です。見えるところに他の興味を示すものがあると、そちらに向かってしまうので、なるべく一つのことに集中できるようにさせることです。

ペアレント・トレーニングやソーシャルスキル・トレーニングといった、このような症状の子を持つ親御さん、そして子ども本人を対象としたプログラムを活用していくことも有効です。

アップル社を設立したスティーブ・ジョブズ（1955〜2011）をはじめ、世界のIT分野の成功者は、自分はADHDだと告白していますし、名の知られる医師や科学者も自身をADHDだ、と公言することが近年見られます。このように、ADHDは知的な能力とは全く別の問題で、興味のあるものには集中できるわけですから、素晴らしい仕事ができる人もいます。注意障害があるのなら、その点が改善されれば、その人は他の人と同じこと、それ以上のことができるようになるわけですから。



© iStock / Author

このようにして人の子どもは、相手はどうして自分を見ているのか、怒っているのか、あるいは好意的なのか意識できるようになっていきます。そうすると、周りにいる人の表情や視線や言葉、あるいは声のトーンなどから人の心の状態を推測したり、共感したりできるようになります。それが社会性の認知ということです。

その子の特性を理解する

衝動や欲求などをコントロールする力や、注意力が弱く、社会性、表情を含め、他人と意思の疎通をはかることが下手な場合、また物事をきちんと捉え理解する能力に欠けたり、幾つかの領域の偏りが強く、生活や学習などに支障がある場合を「発達障害」といいます。無事、大人になった皆さんも、これらを完全に制御できている方は、実は少ないものです。でも、社会でそれなりに仕事をこなせていれば、「障害」とはいいません。社会生活に支障があるとき、障害となります。

「発達障害」には、知的な障害もありますが、今回はアスペルガー症候群の一つ、自閉スペクトラム症（ASD）、最近、ADHDとして耳にすることも多い「注意欠如・多動症」など、認知機能でのいろいろな意味での障害などについて、述べましょう。

自閉スペクトラム症の症例を一部挙げますと、人と一緒に何かを見ても、共感することができない、同じ行動を延々繰り返す、環境の変化にとっても弱く、いつも同じでないと気が済まないといったことがあります。数学や物理など特定の物事に

子どもたちの 健やかな心を育む

人を育てるということは、その子の持つものを最大限に引き出すことだと思います。できること、できないことは多々あっても、最大限の力が発揮できる時に、その子は精神の発達が促進されて、真の自由意思が働くようになります。人として成長していくためには、大人がその子どもの特性をよく知ることがとても大事なことです。

(社医) あさかホスピタル理事長・院長 **佐久間 啓**
Kei Sakuma

人の赤ちゃんが 早く生まれてくるわけ

人は他の動物と違い、非常に早産で世の中に生まれてきます。お母さんのおなかにいる期間が約40週ありますが、生まれた時はほぼ50週^{28日}で3000g²⁴、全く首が座らず、自分で動くこともできません。動物としては非常にハイリスク、そのままでは生存が難しく、決して一人では生きていけないような状態で生まれてきます。

しかし、人の赤ちゃんが早く生まれてくるには訳があります。生後1年の間に歩いたり、言葉を話すようになりますが、その心の中では、養育者との間に「愛着(アタッチメント)」が形成されます。この結び付きが非常に重要です。

動物の場合はたいいてい、餌をもらうためだけに鳴くのに対して、人間の子どもは肌が触れ合っていることを求めます。愛着を示す具体的な行為は、泣いたり、ほほ笑んだり、声を出したり、うなったり、目で人を追ったり、抱き付いたり、しがみついたりすること。それに対し養育者はオムツを替え、おなかがすいたらおっぱいなど

をあげるといった養育、ケアをします。遊んであげ、子どもが興味・関心を示すことについて教えてあげるのです。2〜3歳になると、いろいろなことがしたいという衝動・欲求に対し、きちんと規律や規範を教えながら応えていくことが、必要になります。

この「愛着」が正常に育つていくと、赤ちゃんは愛着の対象を安全基地と認識し、自由に動き回るようになります。成長するに従い、行動範囲は広がり、徐々に学校の友達ができ、中学生くらいからは親に秘密事を持ちたり、反抗して部屋に閉じこもったりしながら、少しずつ親との距離をつくっていきます。

この距離をつくることも、とても大事です。親から離れて、一人の人間として育つその最初の揺れ動きが思春期です。親に反発して離れていくのが自然ですが、なかなか離れられなくなっている親子関係も近年、一つの課題になっています。

社会性の発達という面では、3歳くらいになると主客の変換、つまり自分と相手の立場を変えて見ることができるようになってきます。9歳、10歳くらいでは、相手の視点に立って考えられるようになります。友達が転んだら、痛いだろうな、と考えてあげられる。あるいは、相手がこういうときはどう考えるか、ということをし推察することができるようになります。

ここで重要なのは、他者を理解すること。他の人の視線に興味を持ち、それを追って視線の先にあるもの、親のしているものを一緒に見て共感します。親とその興味を共有することが共感性の始まりで、赤ちゃんはこうした行為を生後6カ月ほどから行っています。

SPEECH

5 月は青少年奉仕月間です

Rotary Global Media Network

子どもたちの健やかな心を育む
..... 4 73
(社医) あさかホスピタル理事長・院長 佐久間 啓

シリーズ この人訪ねて
..... 9 68

潮田武彦さん 下館 RC (第 2820 地区)

記事・村井重俊 撮影・佐藤 敬

卓話の泉
..... 13 64

睡眠力を鍛える
..... 今枝昌子

私の一冊
..... 13 64
横浜鶴見北 今井新一郎

ロータリー 俳壇
◆ 長谷川 權 選 14 63

ロータリー 歌壇
◆ 馬場あき子 選 14 63

ロータリー 柳壇
◆ てじま晩秋 選 14 63

友愛の広場
..... 16 61

フレール！ フレール！ 佐藤輝明選手
..... 柳井西 秋田京子

日本人 R 会長 お三方の思い出
..... 東京福生 祖父江重夫

今の私にできること
..... 結城 齋藤 章

クラブソングをご披露
..... 上田西 西田不折

父・平山金吾がロータリーで学んだこと
..... 成田 平山秀樹

ロータリー・アット・ワーク
..... 20 57

ドライブスルー形式で
親子を対象に食品配布

桐生赤城ロータリークラブ

萩／豊田中／湯布院／飯能／笠岡東／宮津／

下呂／三原／弟子屈／京都北／岸和田東／千厩／

岡山東／大津中央／五城目／東京調布むらさき

デジタル・DX って何？ デジタル産業企画展を開催

中津川センター

休会を無益にしない！ 医療用ゴム手袋の寄贈
..... 堺

初のオンライン入会式開催
..... 瀬戸

フットサル観戦招待とポリオ根絶活動
..... 浜松東

だがしと笑顔の交換日に携わって
..... 石巻東

地元の大学に通う留学生へ食料支援
..... 西那須野

交通遺児支援のためスケジュール帳などを寄贈
..... 仙台宮城野

声
2 月号の感想
..... 28 49

表紙 横組み「初夏の香り」 五十嵐仁之

表紙題字 加藤光峰

表紙レイアウト 箕牧 彰

◆ 本誌中の RC はロータリークラブ、R は国際ロータリーの略です。

◆ 横組みの目次は、反対側の表紙を開いた 4 ～ 5 ページにあります。

◆ 本文・写真などの無断転載・複製を禁じます。

◆ 表紙については横組み 46 ページを参照。



一般社団法人 ロータリーの友事務所
〒105-0011 東京都港区芝公園 2-6-15 黒龍芝公園ビル 4 階
Tel. 03-3436-6651 Fax. 03-3436-5956
編集部メール hensyu@rotary-no-tomo.jp (本誌の内容・投稿)
管理部メール keiri@rotary-no-tomo.jp (購読・注文)

ロータリーの友
Home Page
www.rotary-no-tomo.jp



環境



平和構築と紛争予防



疾病予防と治療



ロータリーの 重点分野

水と衛生



母子の健康



基本的教育と識字率向上



地域社会の経済発展



重点分野のアイコン刷新！

「環境」が新しく重点分野に加わり、7つとなった重点分野のアイコンがリニューアルされました。

ロータリーのブランドリソースセンターでデータがダウンロードできます。

使い方などの詳細は『ロータリーの重点分野 ビジュアルガイドライン』をご参照ください。

ロータリーの重点分野
ビジュアルガイドライン



ブランドリソースセンター ロータリーのロゴ
brandcenter.rotary.org/ja-JP/Logos/Rotary-Logos

Rotary Global Media Network

ロータリー・友の会

5

2021
MAY

VOL.69 NO.5

SPEECH

子どもたちの
健やかな心を育む
佐久間 啓さん

この人訪ねて

潮田 武彦さん
下館ロータリークラブ

卓話の泉 私の一冊

ロータリー・俳壇・歌壇・柳壇

友愛の広場

ロータリー・アット・ワーク

Rotary

