

週報 第3251回

会長 上田 秀朗 副会長 渡辺 万寿
幹事 西田 佳郎 SAA 西端 政博

例会場 ホテルレイクアルスターアルザ泉大津
TEL 0725-20-1121
例会日時 毎週金曜日 12:30 ~ 13:30



事務局 〒595-0062 泉大津市田中町10-7 泉大津商工会議所3F
TEL.0725-21-9500 FAX.0725-21-9501
メールアドレス info@izumiotsu-rc.org
ホームページ http://izumiotsu-rc.org



今週の例会(2024年6月28日) 第3251回

■ プログラム

最終例会懇親会

■ 次週のプログラム

7月5日: 新年度会長挨拶

■ 今後の予定

■ 祝 誕生日

高寺 壽 (29日)

■ 今月のロータリーソング

奉仕の理想

今月の歌

かたつむり

でんでん虫々 かたつむり
お前の頭は どこにある
角だせ 槍だせ 頭だせ

■ 先週の例会



会長の時間 上田 秀朗 会長

皆さん、こんにちは、今回をもって本年度の会長の時間は終わりです。例会の充実こそがクラブ活性化につながると思い、会長の時間にも力を入れました。気持ちだけは堺にも和歌山にも負けないつもりでやらせていただきました。私のロータリーネタは、難しいと思った方もいらっしゃるでしょう。ロータリーオタクとのご批判もいただきました。しかし、私には、何のためらいも悔いありません。そういう意味では私は確信犯でありました。ただ私は、2013-14年度来、ロータリー情報の更新に消極的が故の、当クラブの「失われた10年」を取り戻したかっただけなのです。ご

理解いただけなかったのだとしたら、誠に残念で、慙愧に堪えません。

さて、私、当クラブと同じ年で、古希の足音がひたひたと聞こえる今日この頃です。今日は、今後の私自身も含め、70歳はどうあるべきか?というお話です。まずご紹介したいのは、1979年にアメリカでおこなわれた「心の時計の針を巻き戻す実験」です。これは70代後半から80代前半の男性を1週間施設に集め、20年前の1959年当時の「ベンハー」や「お熱いのがお好き」といった映画を見せ、ラジオからはナント・キング・コールの歌を流し、当時の時事問題についても討論させるというものです。すると1週間後、驚くべきことが起きました。被験者全員が実験前より若返ったのです。視力や聴力、知能が高まって歩く姿勢もよくなりました。これについて実験者のハーバード大学、エレン・ランガー教授は次のように述べています。「私たちの限界を決めているのは、肉体そのものではなく、むしろ頭の中身のようだ」。つまり、同じ70歳でもその年齢をどうとらえるかで、若々しく生きることは十分可能ということなのです。ヨボヨボになるか、快活でいられるかは本人次第ということになります。

そして「70歳でも快活な人」になるためには、できうる限り現役であれと、精神科医にして評論家の和田秀樹がその著「私の100歳地図」で次のように述べています。

70歳ともなれば、誰でも集中力や意欲の低下は避けられません。しかし老いを自覚したとしても体が動くうちは今までやっていたことをどんどんやって、自分の生きたいように生きるのです。年齢など言い訳にせず、オシャレにも男女を問わずチャレンジしましょう。良くも悪くも、年齢を重ねて仕事を続けていると、周囲からは「いつまでやっているんだ」と思われます。しかし、ボケないためには仕事は続けるべきなのです。仕事をやめ、何もせずに家にこもりがちになると、様々な脳機能の老化が進み、一気に老け込んでしまいます。あらゆることに意欲がわかなくなり、動くことさえ面倒になるため、認知機能と運動機能が一気に落ちてしまいます。そうならないためにも、70歳からの第二の人生も仕事だけに限らず、継続してできる何かを見つけることが必要です。そうすると、「80歳の壁」は軽く突破できます。さらに100歳を超えるには、一人で楽しめるインドアの趣味、例えば映画を見たり、落語を聞いたりといった、引きこもりの隠居となってもやれることを50台、60代から培っておく必要があります。

以上は、和田秀樹の「私の100歳地図」からの要約再構成ですが、今より約300年前、1713年に医師の貝原益軒が著した「養生訓」に興味深い記述があるのでご紹介しておきます。この「養生訓」、きわめてストイックな内容としても知られ、彼自身も当時としては長寿の83歳まで生きています。

「長生きすれば毎日のように新たな発見があり、できなかったことができるようになる。こうなると初めて学問や知識を深めることができるのだ。だからこそ養生に努め、なんとしても長生きしなければならない。養生の道を究めようと固く心に誓えば、寿命は延ばせる。」

(巻一 総論上 奥田明子翻訳版)

私も「快活な70歳」になるために、フィジカルだけでなくメンタルにも気を配っていきたいと思います。本日の会長の時間は以上です。

幹事報告

西田 佳郎 幹事

- 来週6月28日(金)午後6時30分受付で、7時から最終例会が開会されます。場所は4階のロイヤルホールでございます。
- 最終例会の件で、中島治一郎名誉会員からお便りが届いております。

委員会報告

本日例会終了後、みやびの間で次年度第2回親睦活動委員会を開催しますので、関係者の方はお集まり下さい。

(細川 嘉則 次年度親睦活動委員長)

■ ビジター

なし

■ 出席報告

会員数44名 出席免除0名

月日	出席数	欠席	補充	出席率
6/21	33名	11名	—	75.00%
6/7	38名	6名	1名	88.64%

■ メークアップ

榎本(6/20 ワールド大阪ロータリーEクラブ)

■ ニコニコ箱

- ・一年間ありがとうございました(上田)
- ・本日は三役様、宜しくお願い致します(西田)
- ・みな様、1年間ありがとうございました。本日の1年を振り返って宜しくお願い致します(西端)
- ・上田会長をはじめ役員の方皆さん、お疲れさまでした(藤野)
- ・又、参加させて頂ける様になりました。宜しく申し上げます(小門)
- ・誕生日祝いありがとうございました(外山)

ニコニコ箱合計	14,000円
累計	679,000円

■ お誕生日

外山 正明 会員(24日)

原 正人 会員(26日)



先週のプログラム 「一年を振り返って」



上田 秀朗 会長

再度、皆さんこんにちは、これもこれで最後になります。来週28日は最終例会ですので、夜になります。くれぐれもお間違えにならないようにお願いします。会長の職を離れるにあたり、この一年を振り返り、私の所感を述べさせていただきます。ロータリーではよく言われることですが、「会長職は短い一週間、長い一年」を実感させていただきました。

さて、私は年度初めの所信で「例会の充実」を挙げさせていただいておりました。そのため例会場の前に「入りて学び、出でて奉仕せよ」の掲示幕を掲げてさせていただきました。これはこれほどロータリーの神髄を言い当てている言葉はないからです。それにこのエンブレムです。まあ、少しはロータリーの例会らしい雰囲気づくりはできたのではないのでしょうか？本年度の例会と言え、これは後でも触れますが、まずは9月の地元出身の作家、吉村喜彦氏を招いての公開例会です。一般客こそ少なかったですが、ホームページでの公開、講師のFM泉大津出演を組み合わせた野心的なものになりました。また年始の例会では、ピアノの

岸良先生にミニコンサートをやっていただきました。好評であったと思います。岸良先生、ありがとうございます。感謝しております。そして、所信には「サプライズゲストがあるかも」と書かせていただいていたのですが、3月の例会には大相撲大阪場所から御嶽海関が駆けつけてくれました。これはタニマチである前山佳司会員の全面協力によるものです。ありがとうございます。感謝しております。また、5月の例会にはマジッシャン隼人が登場しました。山本博章会員、よくぞ、本年度のねらいを理解いただきました。ありがとうございます。感謝しております。皆さんのおかげで「例会の充実」、かなりいい線まで行ったと思います。

そして、なんといっても今年の組織の要は原正人クラブ研修リーダーと植村勢彦統括理事になります。将棋で言えば飛車、角になります。RI規則ではクラブ研修リーダーはひとりしか置けませんので、もうひとり統括理事としました。そのあたりは植村会員には申し訳なかったと反省しています。原会員には私の知恵袋、よき相談相手となっただけでした。ありがとうございます。感謝しています。植村会員には「ローターアクトの休止」、「献血のお礼の予算化」と、私が躊躇していた課題に大ナタを振るっていただきました。ありがとうございます。感謝しております。

それではこれからは各委員会になります。高寺会員増強委員長、残念ながら本年度の実績としての会員増強はできませんでした。しかし、高寺会員と話していると、私は、なぜか、気持ちが落

ち着いてきます。その存在感は大きいと思います。ありがとうございます。感謝しております。今井克範会報・IT委員長、ふってわいたような公開例会のバックアップ、そして「ロータリーの友」への投稿、私の知る限りではうちのクラブの事業が「ロータリーの友」で紹介されたことはありません。ありがとうございます。感謝しております。瀧谷親睦活動委員長、たびかさなる私の無理難題、巧みに委員をまとめ、無事家族例会まで引張ってきてくれました。ありがとうございます。感謝しております。前山職業奉仕委員長、私の予想に反し、見事、職場見学をやり遂げていただきました。ありがとうございます。感謝しております。根尾社会奉仕委員長、ていねいな対応と気遣い、きつとりっぱな幹事となるでしょう。ありがとうございます。感謝しております。杉本青少年奉仕委員長、子ども食堂へのアルファ米提供とダンスマルシェ後援、気がつけばいつの間にか彼のペースになっていました。

ありがとうございます。感謝しております。細川財団・米山委員長、このポストはこの人しかない、と思わせるぐらいのベストマッチングでした。その調整能力の高さには感服しました。ありがとうございます。感謝しております。

いよいよ、最後です。何の因果か、運悪く私に指名されてしまった西田幹事、私はこの一年彼に大変お世話になりました。日々の段取りは幹事任せ、私は「会長の時間」の原稿作りに没頭することができました。ありがとうございます。感謝しております。さらになんといっても西端SAA、毎週の例会の時間管理、いつもピッタリです。「あの動画を流せ」という私の要求にも快く応えてくれました。今は会員のチャットルームになっていますが、ラインによる会員の緊急連絡網を確立したのは彼の大きな功績です。ありがとうございます。感謝しております。最後の最後に忘れてならないのが事務局員の八谷弘子です。いつも誠心誠意、裏方の仕事をこなしてくれました。ありがとうございます。感謝しております。そして、本日出席の皆さん全員に、ありがとうございます。感謝しております。おかげさまでこの一年、無事、終わることができました。来月からは新しい年度が始まります。次年度のことは次年度の会長幹事にお任せして、また素晴らしい一年となることをお祈りして、私の退任のあいさつとさせていただきます。

本当に一年間ありがとうございました。



西田 佳郎 幹事

幹事という大役を支えてくださいました理事の皆様、会員の皆様、そして事務局の八谷様、岸良先生に一年間のお礼を申し上げたいと思います。

また、上田会長、西端SAAには多々ご迷惑をお掛けしたと思いますが、一年間ありがとうございました。

南出直前会長、会員増強委員の皆様のおかげで、上田年度はスタートと同時に新しく将来有望な川崎さんと岡本さんがご入会されました。また、8月には今井康隆さんがご入会されるという好スタートがきれたことに感謝を申し上げたいと思います。

昨年の7月7日会長の挨拶からスタート、その翌週は分区7大阪を泉大津ロータリークラブがホストとなっておこなわれました。7月末には谷ガバナーによる公式訪問。

8月11日に大阪ゴルフでIRCゴルフコンペがございました。18名ものご参加をいただきました。道正田様、幹事ありがとうございました。

8月25日(金)納涼例会では、37名(事務局八谷様と岸良先生含む)ものご参加をいただきました。場所は関空泉大津ワシントンホテルにて。

小野寺副委員長の司会でスタートし、マジシャン隼人氏によるマジックショーがございました。親睦の瀧谷委員長と親睦活動委員の皆様のおかげで盛況のうちに終わることができました。

9月22日には公開例会の当日、細川理事と一緒に伊丹空港までゲスト作家の吉村先生をお迎えし、例会で「いのちの水」というテーマでご講演された後、泉大津図書館のシープラへ、そしてFM泉大津では、吉村先生、上田会長、細川理事とのトークショー良かったです。

中心となって頂きました細川理事、そして理事の皆様、会員の皆様には改めて感謝を申し上げたいと思います。

会報IT部門のおかげで、ホームページに公開例会を掲載、ロータリーの友1月号にも公開例会の記事が掲載されました。今井理事、会報IT部門の皆様、ありがとうございました。

10月には関空ゴルフクラブにて地区大会ゴルフ。
泉大津ロータリーからは10名もご参加いただきました。

11月11日(土)、12日(日)と2日間、関空スターゲートホテルにて地区大会。

2日間合わせて27名という多数ご参加いただきました。

11月24日(金)には職業奉仕部門による職場訪問。
例会終了後、谷ガバナーの会社であります関空エンタープライズへ

その後、関西空港の飛行場の滑走路を通って普通では見れない飛行場の中の倉庫を見学。

前山理事ありがとうございました。

12月16日(土)には本町の大阪エクセルホテル東急にてクリスマス忘年例会。

34名(事務局の八谷さん、岸良先生含む)もご参加いただきました。

親睦活動委員メンバーの若い頃の写真を見て、誰の若いころの写真かを当ててみよう

というおもしろい企画もあり、瀧谷親睦委員長、親睦活動委員の皆様ありがとうございました。クリスマス例会も盛況裡に終わることができました。

2024年は会長の年始挨拶から始まり、26日(金)には南出市長による特別卓話。

2月11日(土)には、泉が丘カントリークラブにて年2回のIRCゴルフコンペが行われ14名という多数ご参加いただきました。ありがとうございます。

昨年8月と今年2月とも道正田様、幹事お疲れ様でございました。

2月16日(金)には、家庭集会を高寺パスト会長に講師となっただき、13名ものご参加のもとオリエンテーションが開催され、そのあと、小津にて懇親会が行われ、会員の絆がさらに深まりました。高寺理事ありがとうございました。

2月19日(火)には青少年奉仕部門により金芽米を市内9か所のこども食堂へ寄贈するという事で、上田会長、杉本理事とともに贈呈式を泉大津市役所にて執り行い、南出市長より感謝状をいただきました。杉本理事、青少年奉仕部門の皆様お疲れ様でした。

3月8日(金)大相撲 御嶽海によるサプライズ卓話。
前山理事ありがとうございました。

3月24日(日)ウォーキング同好会と日本酒同好会の合同企画。

当日は少し小雨程度でしたが、14名ご参加いただきま

した。

細川幹事、松内幹事、小野寺幹事ありがとうございました。

社会奉仕部門の献血活動、港湾美化清掃、根尾理事、社会奉仕部門の皆様お疲れ様でした。

振り返ってみますと、上田年度がここまでなんとか転覆せずに順風満帆にこれたのも、会員の皆様、理事の皆様のおかげ、特に奉仕部門の植村統括理事とクラブ研修リーダーの原正人理事との力が大きかったように感じております。この場をお借りしてお礼を申し上げます。

西端SAAについて

上田年度、第1回目の会長の時間とは異なりまして、西端SAAのお声を最初に聞いたときには、さすがと
いいですか、ほっとした記憶がございました。

最初からほぼ完ぺきで、毎週火曜日か水曜日には事前に例会当日のSAAマニュアルを会長と私に送っていただき、完ぺきなタイムスケジュールに幾度となく助けられた記憶がございます。西端SAAありがとうございました。

上田会長について

上田会長のロータリーを思う熱意にはものすごく勉強させていただきました。大変ありがとうございました。

ただ、ときどき熱意も適温を通り過ぎて、触れないぐらい熱くなってやけどしそうになっているときもございましたが、一年間お疲れ様でございました。

来週は最終例会で、まことにまった渡辺年度がやってきます。

次年度の根尾幹事にも無事にデータ資料及び引継ぎをさせていただきました。

皆様、一年間、本当にありがとうございました。



西端 政博 SAA

こんにちは。1年間SAAの職をお預かりしておりました西端です。先ずは上田会長、渡辺副会長、西田幹事、川上会計、各理事の皆様、そして事務局の八谷様、ピアノの岸良様、本当にお世話になりました。1年を振り返ってと言う事ですが、入会間もない僕は例会前に受付でニコニコと皆様とお喋りするのをいつも楽しみにしていただけで、まだまだロータリーを理解していないにも関わらず抜擢頂いたことは本当に驚きでした。一年間この職を与えて下さった上田会長ありがとうございました。

とは言うものの、勿論、始めはお断りさせて頂きましたが、当時の上田エレクトの圧が本当に強すぎて、最後は「何ならお父さんに言うて頼むわ」とエレクトハラメント(エレハラ)を受けて、仕方なくSAAを受けることにしました。

しかしながら、いざやってみますと今までと違ったクラブの景色が見えてきました。

毎週同じような感じで行われてる例会だから問題ないかなと思ってましたが、横で西田幹事が毎週、様々な対応に追われているのを見て、また、内容をお聞きし教えて頂き奥の深さを知ることが出来ました。本来の深さはまだ知りませんが。。。今後ゆっくりと勉強したいと思います。

そして、この職を進めるにあたり、事前のシナリオ作り際には西田幹事、八谷様にお客様や歌のことなどを教えて頂き助かりました。例会当日には1人で座っていると声をかけて下さる会員の皆様やいつも開始前に川上様より合図を頂いたことで、落ち着いてスタートでき、ピアノの岸良先生には良いタイミングで、演奏が終わるように調整頂きました事に心から感謝しております。

次年度は中田会員が来月からSAAされると思いますが、僕の分かる限りお伝えし、前年度、櫻井様より引き継いだ歴代資料に僕の資料も併せ引き継がせて頂けたらと思います。

最後に、言葉足らずで配慮の出来ていないSAAでしたが1年間温かく見守って頂き、いい勉強をさせて頂きました事に改めて皆様に感謝します。本当にありがとうございました。

次年度も引き続きよろしくお願ひ致します。中田会員来月から頑張ってくださいね!

以上、1年間ありがとうございました。