

Kanagawa East
Rotary
Club



神奈川県東ロータリークラブ

KANAGAWA EAST ROTARY CLUB

2022-2023年度 第11週報 No. 2188 2022年(令和4年)9月30日 第2188回 例会記録 10月7日発行

本日〈10月7日〉のプログラム

- ◆ 斉唱 「君が代」「奉仕の理想」
- ◆ 献立 中華
- ◆ 卓話 「平和を取り戻す。真実と世界化。」
米山奨学生 チェ・ギョンテ 様
(紹介者 カウンセラー 角野 弘幸 会員)



写真提供 小池 将夫

司 会

加野 亮一 副幹事

点 鐘

赤堀伽寿一 会長

斉 唱

「手に手つないで」
ソングリーダー 角野 弘幸 会員

四つのテスト

中野 真理 職業奉仕委員長
(第1例会のみ)

ゲスト紹介

五十嵐清孝 様 (NPO法人 フードバンク横浜)

企業や一般から余剰の食糧を提供頂き、ひとり親世帯など生活困窮世帯へ食料支援を行っております。かながわ区民まつりで連携させて頂くこととなりました。

今後とも、末永いお付き合いを宜しくお願い致します。

会長報告

赤堀伽寿一 会長

- ・9月度定例理事会報告
- ・R I事務局より、加藤会員、西山会員に、MPHFの認証ピンが届いておりますので贈呈します。



2022-2023年度 R I会長 ジェニファー・ジョーンズ



IMAGINE
ROTARY

第2590地区 ガバナー 志村 雄治

会 長	赤 堀 伽寿一	会 計 長	長 野 毅
会長エレクト	田 中 龍太郎	副 会 計	渡 邊 淳
副 会 長	金 森 欣 一	S A A	西 山 潔
副 会 長	伊 東 英 紀	副 S A A	植 田 清 司
幹 事	馬 場 佳 子	副 S A A	加 藤 仁 昭
副 幹 事	加 野 亮 一	クラブ会報	川 崎 典 子

例会日 毎週金曜日 0:30 ~ 1:30 PM (第5金曜日 6:00 PM)
例会場 崎陽軒本店
URL <http://www.kanagawahigashi.com/>
E-mail kerc@beach.ocn.ne.jp

事務局 〒241-0014
横浜市旭区市沢町 772-8
TEL: 045-442-7131 FAX: 045-442-7978
創立記念日 昭和51年5月29日

- ・米山奨学会より、中野真理会員(2回)に米山功労者の感謝状が届いておりますので贈呈します。



幹事報告

馬場 佳子 幹事

- ・クールビズは本日までとなります。よろしくお願ひ致します。
- ・当クラブが協賛致しました神奈川県少年少女ソフトボール大会実行委員会より、大会のお礼状と報告が来ておりますので回覧致します。
- ・地区より「世界ポリオデー」イベント開催の案内が来ておりますので回覧致します。(日時 10月23日(日)13時~16時 場所 桜木町駅前広場) また、地区より協力のお願ひとしてTシャツの購入依頼が来ております。1枚1650円(内200円がポリオに寄付)です。今週と来週の2週に渡り申込書を回覧致しますので、購入頂ける方はサイズと枚数をご記入下さい。クラブにて纏めて注文致します。代金は来週までに事務局へお釣りのないようお願い致します。
- ・本日、米山豆辞典を皆様のボックスへ配布致しました。
- ・地区より、映画『向田理髮店』のチラシが来ておりますので皆様のボックスへ配布致しました。
- ・RLIパートIIの案内が来ておりますので、皆様のボックスへ配布致しました。裏面に申し込みのURLが載っておりますので、参加を希望される方は各自で申し込みをお願い致します。
- ・神奈川県ロータリアン親睦テニス大会の案内が来ておりますので回覧致します。

結婚記念日祝

加藤 仁昭 会員 (10月4日)
小池 将夫 会員 (10月6日)



出席報告

渡邊 淳 出席委員

会員総数	49名	(29+20)名	
出席会員数	40名	(24+16)名	
出席率	88.89%		
ゲスト	1名	ビジター	0名
前回補正後	93.48%	前々回補正後	84344%

スマイルボックス

西山 潔 SAA

- 加藤仁昭君 ①結婚のお祝い、ありがとうございます。②昨日のゴルフコンペへ参加の皆様、お世話になりました。
- 赤堀伽寿一君 ①五十嵐様ようこそ！②先日のTM出席の方、お疲れ様でした。山本芳弘様、説法ありがとうございました。
- 月山 勇君 昨日のゴルフコンペ参加の皆様、お疲れ様でした。白鳥さん優勝、そして！吉田さん、下から二番目おめでとうございました。会費の残り460円とともにニコニコへ・・・。
- 伊東英紀君 秋らしくなりました。
- 白鳥厚夫君 ①昨日のゴルフ同好会参加の皆様、お疲れ様でした。特に月山さん、加藤さん、幹事ありがとうございます。お陰で優勝させて頂きました。
- 馬場佳子さん ①フードバンク 五十嵐様、ようこそお越し下さいました。②伊藤さん、本日のイニシエーション楽しみにしています。
- 角田伯雄君 伊藤さん、イニシエーション頑張ってください。
- 田中龍太郎君 昨日のゴルフ同好会参加の皆様、お疲れ様でした。幹事の月山様、ありがとうございます。次回は多数の方のご参加を希望します。
- 加野亮一君 本日のイニシエーションスピーチ、伊藤さん、楽しみにしています。
- 北村大輔君 ①昨日は、ゴルフ同好会コンペ、お疲れ様でした。②フードバンク横浜 五十嵐様、ようこそお越し下さいました。ごゆっくりお過ごし下さい。
- 西山 潔君 ①先日のTM、第1テーブル 川崎マスター・森永サブマスター、第2テーブル 長野マスター・山本芳弘サブマスター、そして参加の皆様、ありがとうございました。②伊藤さん、イニシエーションスピーチよろしくお願ひします。

9月30日	11件	24,460円
本年度累計		544,360円
年度目標進捗状況		-1%

表紙の写真



赤レンガパークの海辺の散歩道は、早朝からジョギングや散歩・釣りや記念写真の撮影等、多くの人たちが訪れる観光スポットになっています。対岸の大棧橋には常に大型客船が停泊し、明かりが灯る夕暮れ時にはこれぞ「港ヨコハマ」と言えるような素敵な光景に出会えます・・・。

【写真提供 小池 将夫 会員】

イニシエーションスピーチ

伊藤 慎 会員



心技体とは

心技体が初めて使われたのは1953年に道上伯氏が「柔道とは一体何か」の問いに対し『最終目的は心技体の錬成であり、それによって立派な人間になることである。』と答えた時だと伝えられています。

心技体の応用

心技体と漢字を見て大体の意味はわかると思いますが、自分はかなり大事な概念だと思っています。心技体を突き詰めれば人生が良くなるくらいに。この概念はスポーツだけではなくビジネスや他の事にも共通して重要になってくるものです。なのでこの心技体と言う考え方でどうやって人生を豊にするかについてお話ししたいと思います。

心⇒精神的などのメンタル面

技⇒技術力などのテクニック面

体⇒体力などのフィジカル面

これらがバランスよく備わっていれば、ビジネスだろうがスポーツだろうが良いパフォーマンスが出せるというわけです。逆に言えば、このうちのどれか一つでも欠けていけば上手いかなんかと言う事です。体力だけが有り余ってもスポーツでは勝てません、また勉強ができるだけでもビジネスは上手いきません。心技体を磨くことで、人生は豊になります。私が言う『豊』と言うのは物理的にも精神的にも『不自由していない』と感じる状態の事をいいます。豊かさと言うのは相対的なものではなく、本人の認識の問題です。他人から見てではなく『自分がどう感じるか』と言うことです。その時に必要になるのが心技体です。

『心』がないと物理的に豊かでも満たされない

『技』がないと豊さを得る方法がない

『体』がないと豊さを得るための器がない

その心技体を磨くとはどういうことか解説したいと思います。

「心を磨く」それは「マインドセット」とも表現されます。マインドセットはその人の精神性、考え方の元になるもの、マインドセット次第でお金がなくとも幸せを感じられたり、失敗から多くのことを学べたり、どんどん新しい出会いや経験にチャレンジしていけたりします。マインドセットの最大の特徴

は、どんどんアップデートしていけるという点です。

体と違って心には物質的な限界がありません。人と関わったり、仕事をしたり、学んだりすることでどんどん進化していくのが心。例えばコミュニケーションを取るのが苦手だったのが、営業をすることが平気になったりとかこれが心の進化です。マインドセットがアップデートされたということです。

「技を磨く」つまりは「スキル」です。一つのスキルを極限まで深める職人のような人から、色々なスキルを持つマルチな人までいますが、人間が生きていくには何かしらのスキルが絶対に必要。日常生活にしる、仕事にしる、遊びにしる、覚えたスキルを使って生活しているわけです。特にビジネスやスポーツの世界だと、このスキルがないと結果を出すことが出来ません。なので勉強したり必死に練習したりしてスキルを磨きます。それ以外にも家事や育児でもスキルが必要です。

家族関係、人間関係もそう、人から教えてもらったり自分で経験から学んだりしながら日々スキルは磨かれていくものです。ただしこれも健全な体と心があつての話です。でないとなかなか磨いたスキルが犯罪に使われたり、人間関係を崩壊させるようなことになったりするのでそうならないようにスキルを身につけ磨きましょう。

「体を磨く」それはすなわち「健康」です。肉体はすべての資本、どんなにお金があつても寝たきりでは意味がないです。健康に必要なものは体力、栄養、休息です。今さら言うようなことではありませんが、よく食べ、よく動き、よく休む、忙しい現代人には難しいかもしれませんがやはり基本です。暴飲暴食、運動不足、睡眠不足・・・良くないことはわかります。今日から少しずつ改善しましょう。ポイントはこの3つはそれぞれ独立したのではなく、全てが繋がっていると言う点です。全ての土台に肉体がありその上にアップデート可能なマインドセットがあり、その上にいくつものスキルを身につけていく。それらは全て繋がっていて、健全な体と健全な心が正しいスキルとなって効果を発揮します。私はこの考え方が大好きです。人生が豊かに感じています。

私は柔道を通じて心技体を教わりましたが、今では仕事、家庭に置き換えて多く活用しています。今まで心技体を活用して多くの答えを導き出してきました。これからも活用していきます。皆様に少しでも共感していただければ幸いです。

クラブ会員の広場

10月「チョイ悪親父の一人旅」 (前編)

矢野 修二

皆さん元気ですか？元気があれば何でもできる！今回は新潟県南魚沼市魚沼の里八海山をご紹介します。

八海山といえば、当クラブ会員であった長谷川さんを思い出します。お酒の好きな会員でしたね。八海山酒蔵の生まれとか。御実家の郷土料理禰苑に何回か寄らせてもらいました。敷地内にある樹齢1500年ともいわれる大けやきと築150年の藁ぶきの家で頂く郷土料理を食べてみてください！(うまい！)

今回ご案内頂いた八海山酒蔵の今坂さん、ありがとうございました。今坂さんの御祖父さんも八海山酒蔵にお勤めだったということで、社員を大切にしている良い会社だと思いました。



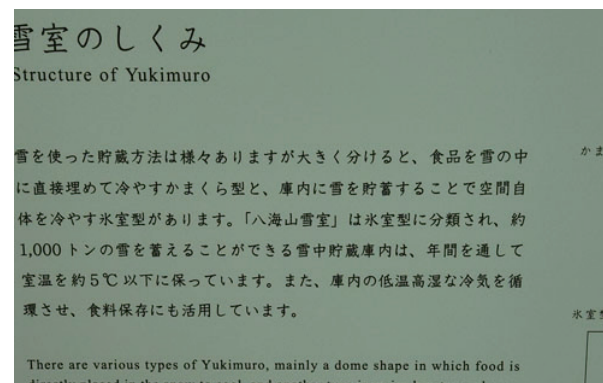
八海山酒蔵はこれからウイスキーを出すようです



八海山雪室 一年で3分の1くらいしか溶けないそうです



個人がキープされた焼酎 何年後かに出すのでしょうか！



【この続きは後編（次号週報）にて。お楽しみに！】

次回〈10月14日〉の予定

「ロータリークラブと私の国際交流」

ベイサイドアカデミー 日本語講師 大野 弘子 様