



# The Hitoyoshi Rotary

人吉ロータリークラブ

通算 2919回 第22例会  
2016年 12月 9日  
毎週金曜日

人類に奉仕するロータリー

Rotary Serving Humanity

2016-2017年度 R I 会長  
ジョン F. ジャーム

人吉市九日町30・清流山水花 あゆの里 ☎ 2171

例会場 事務局

清流山水花 あゆの里内 ☎ 6665 ☎ 6505

[URL] <http://hrc.mond.jp/>

[E-mail] [hitoyoshi-rc@mocha.ocn.ne.jp](mailto:hitoyoshi-rc@mocha.ocn.ne.jp)

2016-2017年度 人吉ロータリークラブテーマ

## 復古創新 - 60周年を祝い、地域に奉仕しよう

### 本日の進行 (目次)

- P1~2 会長の時間、幹事報告
- P2 出席率報告、寄付の申し出、会務報告
- P3 2016-2017年度 年次総会
- P4 外部卓話 ひまわり亭 佃 麻実様



- 点 鐘 本田 節 会長
- 歌 唱 ツグリーダー 大野啓介委員
- 国歌 「君が代」
- 四つのテスト唱和
- R S 「それでこそロータリー」

司会・進行 石蔵尚之プログラム委員長

### 会長の時間

会長 本田 節



本日は来訪者に故・岩本泰典パスト会長の奥様・岩本輝美子様とご子息の岩本泰一様においで頂いております。後ほど、ご挨拶とご寄付の申し出を頂いておりますので宜しくお願い致します。私が次年度の会長としてご承認を頂いた時、「節ちゃんが60周年の時の会長になるから、元気で一緒に頑張ろう。応援するよ」と肩を押していただき、また私が人吉高校の同窓会の役員になったのも故・岩本会員の推薦でありました。非常に、文才豊かでユーモア溢れる、私の尊敬するパスト

会長でありました。一緒に60周年を迎えることが出来なかったのは大変残念であります。しかし、ご指導いただいたことを大切に私も頑張っていきたいと思っております。

そして、もう一人の来訪者・当ひまわり亭のスタッフとして働いております佃麻実様をご紹介致します。後ほど、卓話をお願いしておりますので楽しみにしてください。

先日12月5日、60周年記念行事の実行委員会の会場委員会が開催されました。和田委員長を始め多くの委員に出席していただき、熱心な議論を頂き、それぞれの委員会が60周年に向けてスタートが切られております。まだ開催されていない委員会は年内に開催の程、宜しくお願い致します。

また、昨日8日は、ロータクトの12月例会が当ひまわり亭で開催されました。ロータリアン7名、ロータクト会員、熊本城東ロータクトから3名、計24名での例会が開催され、賑やかなクリスマス例会でありました。クリスマスにちなんだサンタクロースの歴史や私たちの知らない話があり、とても充実した楽しい例会でありました。山崎会長、久保山幹事のもと、例会も日に日に充実しており、例会の時間も厳守され、アクターの皆さんの成長ぶりが非常に楽しみです。

さて12月は疾病予防と治療月間となっております。今年度は故・野田パストガバナー、故・杉谷パストガバナー、故・本田光廣ガバナーが60代という若さでご逝去されておりますので、健康については皆様方も今まで以上に感心を持ち、日頃の健康管理には十分ご留意いただきたいと思っております。特に年末年始は忘年会や新年会等、飲食が多くなる月でありますので、ぜひ体調管理に心がけていただきたいと思っております。以前であれば、ヘルスサポート委員会がございまして、会員のドクターから卓話をお願いしておりましたが、なかなか年の暮れと言うことでお忙しいこともあり、今回は私なりの健康づく

り、特に食生活習慣について少しだけお話しさせていただきます。

昔から「3高」といって、高身長・高学歴・高収入という男性への憧れの言葉がありましたが、現在の3高は高血圧（糖質の摂りすぎ）、高脂血症（悪い油の摂りすぎ）、高血圧（塩分の摂りすぎ）であり、メタボに直結する食生活の改善が求められるものであります。ガン等の生活習慣病を寄せ付けない、命の生活習慣に反するものとしては、まず喫煙があげられます。

「一日に吸うたばこの量」×「吸った年数」が400を越えるとガンになる確率が高くなるそうです。次に過度の飲酒。呑むなら糖質の少ない蒸留酒・例えば球磨焼酎、ウイスキーなどだそうです。生涯飲酒量は男性は500kg、女性は250kgが限度だと言われています。次にストレスです。ストレスによって増加するアンドロゲンがガンの発生因子と言われています。そのガンや生活習慣病を救うために必要な食生活では、先ず一つ目に空腹であることです。現在では腹6分目と言われております。二つ目に早寝早起きです。夜10時から朝2時までのゴールデンタイムに熟睡すること。昔から言われている通りであります。三つ目に有酸素運動です。有酸素運動とは良く歩き筋肉を動かす運動であります。つまりは、「ミトコンドリア（食事で摂った栄養や備蓄した脂肪を燃やすエンジンの役割を果たし、細胞や血管を若返りさせる役割がある）」が必要だと言われております。会員の皆様がたもぜひ、健康で若々しく生涯現役で活動していただくためにも、今まで以上に心がけていただき、ロータリークラブの奉仕にご尽力いただければと思っております。

本日も盛りだくさんのプログラムが含まれております。年次総会による議案の上程もなされますので、どうか皆様方のご審議とご承認をいただければと思っております。これで会長の時間とさせていただきます。

## 幹事報告

幹事 葉山稔洋

### 12/2 理事会承認事項について

- 先週承認されました人吉商工会議所創立70週記念誌の広告掲載の件は人吉中央RC、人吉ライオンズクラブと横並びの枠に掲載する事になりました。

### 【報告事項】

- 第14回ひとよし春風マラソンに伴うお楽しみ抽選会景品提供のお願いが実行委員会から届いておりますので第1回理事会議事録に従い5,000円支出致します。
- 11/18日に開催されました人吉お城まつり実行委員会の議事録が届いておりますので本田会長にお渡しします。

## 【回覧】

指宿RC週報、人吉医療センター月刊誌「翔」

## 【掲示板】

熊本北RCから例会取り止め・変更の案内  
※今月半期の締となります。会費納入をお願いします。

## 出席率報告

委員長 内藤靖雄

会 員 数	64名	<b>本日の出席率</b>	
出 席 免 除	4名	<b>73.33%</b>	
欠 席 者 数	16名	1 1 / 2 5 出席率	60.0%
出 席 者 数	44名	補 填 数	2名
免除会員出席者数	0名	修 正 出 席 率	63.33%

### \*届け欠席

中村・山田・外山・田上・板井・有村・大久保・片岡・安達  
大賀・和田・小林清・岩下・尾上・岩井・堀川

### \*出席免除会員(b) 増田, 愛甲, 釜田, 齊藤

### \*メイクアップ; 人吉RAC例会; 平田

熊本りんどうRC10周年; 小林祐

## 《寄付の申し出》



岩本輝美子様 岩本泰一様より、「故岩本泰典会員の会葬御礼」として、人吉ロータリークラブ奨学金基金へご寄付がありました。



塚本哲也会員より、亡父塚本城一会葬お礼として、R財団、米山記念奨学会、人吉ロータリークラブ奨学金基金へご寄付がありました。

## 会務報告

### 【国際奉仕委員会】

副委員長 宮原和広

台北稻江RC創立30周年記念式典案内

本日欠席の有村委員長に代りましてご説明いたします。お手元の資料稲江クラブからの連絡に合わせて2月20日(月)~22日(水)3日間のスケジュールを組ませて頂きました。旅費は25名参加のところで出しております。皆様ご参加を宜しく願いいたします。

(申込期日と取消料金について他、つばめ旅行センター北会員から説明)

2/20 到着 前夜祭

2/21 ゴルフ組・観光組

夜-稲江創立30周年記念式典

2/22 送別朝食会・観光 帰国

## 2016-2017年度 年次総会

議長 本田 節会長

ただ今より2016～2017年度年次総会を開催いたします。人吉RC細則により私本田が議長となり会を進めさせていただきます。定足数につきましては、現会員数64名、出席義務会員60名中、本日の出席数は44名ですので本日の総会は細則に規定している通り成立いたします。

本日の議案は、第1号議案として「次々年度会長承認の件」でございます。そして第2号議案として「次年度理事・役員指名の件」。この2つの議案として上程いたします。

それでは第1号議案の次々年度会長承認の件です。12月2日の例会において指名委員会の伊久美寛志委員長からご報告を頂いております、有馬宏昭会員を指名していただきました。

指名の通り有馬宏昭会員を次々年度人吉ロータリークラブ会長に決定することに異議はございませんか。

御承認ありがとうございます。全員拍手でご承認を頂きました。それでは有馬宏昭会員、次々年度会長承認のご挨拶と幹事の指名をお願いいたします。

会長ノミネー 有馬宏昭

この度、伝統ある人吉ロータリークラブの次々年度会長として承認いただきました有馬宏昭でございます。ご承認いただき、ありがとうございます。浅学菲才の私といたしまして、身が引き締まる思いであります。微力ながら、誠心誠意会長職を務める覚悟でございます。皆さま暖かく力強いお力添えをお願い申し上げます。

幹事を新堀純子会員にお願いしました。「女性活躍推進法」が本年4月に施行されましたが、文字通り新堀会員は人吉商工会議所青年部や人吉地区青年部部長として他の模範となるような活躍ぶりです。先日、幹事職依頼の際には「ロータリークラブの基本である例会をより楽しく、また来週が楽しみだと思えるような例会をしたいですね」と意見が一致したところで、そのような思いを持つ次々年度会長・幹事ですが、何分知識経験とも不足しております。何卒会員皆様のご指導ご鞭撻の程宜しくお願い申し上げます。



次々年度幹事 新堀純子

別の会の大役がもうすぐ終わると思っておりましたところにこのようなお話を頂きたいへん

光栄です。ロータリー歴の浅い私ですがお役にたてるように有馬さんの手となり足となり頑張っていきたいと思っております。宜しくお願いいたします。

議長

次に第2号議案にはいります。次年度理事・役員理事につきまして井手次年度会長より発表させていただきます。

会長エレクト 井手富浩



只今の第1号議案の議決により有馬宏昭ノミネーの誕生を受け、本日只今より会長エレクトとなりました井手でございます。1年前のノミネー就任時を思い出し、今後半年

間で次年度の準備によいよ本格的に取り組んでまいる事に身の引き締まる思いです。

それでは、次年度人吉ロータリークラブの役員、理事をこれから発表させて頂く方々に御願い申し上げました。宜しく御願い申し上げます。



会長	井手 富浩
副会長	有馬 宏昭
幹事	石蔵 尚之
会計	宮崎 智弘
直前会長	本田 節
会員組織増強委員長	小林 祐介
クラブ広報委員長	渡辺 洋文
職業奉仕委員長	岩井 和彦
社会奉仕委員長	下田 文仁
青少年奉仕委員長	葉山 稔洋
国際奉仕委員長	北 昌二郎
ロータリー財団委員長	和田 栄司
理事	伊久美 寛志

議長

ただ今井手次年度会長より指名発表をいただきました皆様の御承認を拍手でお願いします。

全員拍手でご承認を頂きました。尚、SAA委員長は来週の例会で発表されることになっております。

では、これで年次総会の議長を降りさせていただきます。ご審議ありがとうございます。

## 【プログラム委員会】

### 外部卓話

#### プロフィール

佃 麻実 (つくだ まみ)

菊陽町出身。広島で農業（農村社会学）を学んだのち、食品会社に就職。2009年6月から2011年6月まで、青年海外協力隊として、マダガスカル共和国にてコミュニティ開発として派遣される。帰国後すぐに、JICA東北国内協力員として岩手県宮古市の中学校で被災支援業務を行う。その後、佐賀県や福岡県のNGO, NPOにて4年ほど、国際協力・国際理解教育の推進に携わる。現在、4年前からのご縁で、(有) ひまわり亭にてオーナー付アシスタントとして勤務。



う目的で派遣されました。赴任当初、言語の壁（マダガスカル語）、信頼関係の壁、生活習慣の違いなど多くの壁があった中、積極的に農作業の手伝いなど暮らしの中に入っていきコミュニケーションを図る中で、共に活動するキーマンを見つけていきました。燃料の消費量を削減する改良かまどの普及、栄養改善の普及、そして女性組合の組織化等、地域の女性たちとともに毎日、喜怒哀楽を共にしながら生活改善の活動を行いました。

その貴重な2年間で得たことは、第一に多様な価値観との出会い。そして第二に「生きることは食べること」という精神です。肉を食べる時は家畜をつぶすことから始まり、また自然の恵みを肌で感じる日常の食卓風景など、常に自然と共にあるマダガスカル人の食卓からは、生命や自然への敬意・愛情に常に溢れていました。国民の9割が一日あたり2ドル以下で生活するという、経済的には決して豊かでないマダガスカル人ですが、私は崩食や食と農の乖離が進む我々の食卓と比較し、ある意味マダガスカルの食卓の方が豊かだと思ったと共に、「何をどう食べるか」ということが非常に問われていると感じました。

その想いの中で本田さんや人吉球磨との出会ったことで、「第一に故郷の味や育まれてきた心を頂き、地元の生産者の想いを味わっていただくこと。そして同時に広く視野を向け、フェアトレード商品も意識すること」が「何をどう食べるか」の基本であると強く心に響いたのです。“食”を通じて、地元の農業農村の風土・心、また生産者の想いを消費側へ伝えていくこと、皆で共有していくこと。これが、2年間のマダガスカルへの恩返しと今後の私なりの地域貢献及び国際協力の在り方だと、引き続き精進してゆきたいと思います。ご清聴、ありがとうございました。

### マダガスカルで得た私の生き方

皆様、はじめまして。ひまわり亭の佃と申します。どうぞよろしくお願ひいたします。

私はJターン者として、2016年4月よりひまわり亭に勤務しております。前職は福岡のNPOにて国際協力に関する仕事に携わっており、そのNPO勤務時代に、ひまわり亭代表の本田オーナーと出会いました。本田オーナーの「食を通じた地域づくり」への生き方や考え方、またひまわり亭やグリーンツーリズムの活動に共感した私は、週末を利用して度々、ひまわり亭でのお手伝いや活動に参加しておりました。その中で人吉球磨の「ヒト」をはじめとする沢山の宝に魅せられ、「地域資源あふれる人吉球磨にて、“食”を通じた元気づくり・笑顔づくりに取り組むことから、世界の貧困問題解決につなげてゆきたい」と思い、現在に至ります。

このような生き方を目指すきっかけが、今からお話させていただく、青年海外協力隊として2009年から2年間活動したマダガスカルでの経験にあります。マダガスカルはアフリカ大陸の東側に位置し、アイアイやバオバブなど様々な固有動植物の宝庫である島国です。日本との繋がりとしては、バニラやニッケル、ウナギの稚魚の輸入など貿易関係の他、主食がお米であるという共通点もあります。ただ国民一人当たりにお米消費量は日本人の2, 5倍とされています。

そのマダガスカルへ私が隊員として派遣されるに至った背景には、森林伐採と貧困問題があります。調理時には薪や炭を使用することが主流のマダガスカルでは人口増加に伴い、炭用や薪用のための森林伐採はもとより焼畑の拡大とそれに伴う森林火災、また鉱物資源の採取などのために著しく森林伐採が進み、現在では元々の森林面積のおよそ90%が失われてしまいました。そこで「自然と共生し、また生活の改善を図る方法を現地の住民と一緒に考えよう」とい



点 鐘 本 田 節 会 長