2022～2023 会報 ＲＩ第2720地区

Rotary

The Hitoyoshi Rotary

人吉ロータリークラブ

通算３１３５回
２０２２年９月９日
第８回例会

IMAGINE ROTARY

2022～2023年度 ＲＩ会長
ジェニファーE.ジョーンズ

人吉市九日町30・清流山水花 あゆの里 ☎㉒2171 例会場 事務局 清流山水花 あゆの里内 ☎㉔6665 ㉔6505

人吉ロータリークラブ ホームページ

フェイスブックページ

[E-mail] hitoyoshi-rc@mocha.ocn.ne.jp

2022～2023年度 人吉ロータリークラブテーマ
ロータリーを機会と捉え、その機会により未来を拓く

会 場；人吉球磨自動車会館

本日の例会

国歌斉唱・Ｒソング斉唱

来訪者紹介

会長の時間・幹事報告

出席率報告・会務報告

Ｒの友紹介

社会奉仕出前セミナー

寄付カード

点　鐘　　青木一幸 会長

歌　唱　　ｿﾝｸﾞﾘｰﾀﾞｰ 冨永啓太 委員

国 歌　「君が代」
Ｒ Ｓ　「奉仕の理想」

司会・進行　　ﾌﾟﾛｸﾞﾗﾑ　小笠原賢治 委員長

来訪者紹介

国際ロータリー第2720地区
社会奉仕部門
部門長　追立　武 様　（熊本西稜）

会長の時間

会長　青木一幸

皆さん、こんにちは。

本日は、社会奉仕関係の出前セミナーをお願いしましたところ、地区の社会奉仕部門長で、熊本西稜ロータリークラブ所属の追立 武様に、ZOOMでの卓話をいただくこととなりました。追立様にはお忙しい中に誠に有難うございます。折しも、我がクラブも来月１５日には知的障碍者の方の競技大会であるチャレンジカップを主催いたしますが、本日のセミナーがそれに向けての何か良い気づきにもなればとも思い、大変楽しみにしていたところです。皆さんもどうぞ宜しくご視聴いただければと思います。

さて本日の昼食は本田会員の御好意で、キッチンカーでのカレーを振舞っていただきました。最近、会長の時間で私が再三クラブ予算のことを話すものですから、おそらく不憫に思われてのことと思います。
これに懲りず、また機会がありましたら、ご無理のない範囲で結構ですので、今日のような昼食をお願いできれば幸いです。

さて、私の本日の話も食べ物に関することをお話したいと思います。昨日、マスコミ報道がありましたので、見聞きされた方もいらっしゃるかと思いますが、キリンがしお味の感度を１．５倍増しにするお椀と箸を開発したとの報道がありました。言い換えれば、３０％強の減塩にしても、感覚上は１００％の塩味を感じるということです。詳しい原理はわかりませんが、簡単に言えば、塩、いわゆるＮａＣｌのうちの塩味を感じるＮａ＋を分離して、通常バラバラに舌に接触するＮａ+を、舌の上に集中して集めて接触させることで塩味を５割増しで感じさせるというもののようです。そして、そのＮａ＋の分離や集中は、開発したお椀とお箸に微弱の特殊な電流を流して体と料理に帯電させることで実現するとのことでした。

なるほどと感心したと同時に、やはり日本人の塩分に対する関心の深さを改めて再確認をいたしました。

たしかに、外国人が日本に来て日本食を食べると、大方のひとが母国の食事よりも塩味を感じるようです。あちらの食事の方がよほど濃い味と思いますが、それは塩味ではなくて、油分だったり香辛料だったりの濃さのようです。

ちなみに、日本高血圧学会の資料によれば、カップラーメン一食分の塩分は約５．５ｇ、そば・うどんが５．３ｇ、塩ざけ１切れが３．５ｇ、本日のカレーが一人前３．３ｇ、梅干１個が２．０ｇ、ハム３枚が１．５ｇ、味噌汁１杯も１．５ｇということです。

良く言われてはいますが、日本人の好きな麺類は総じて塩分高めということで、外国人の印象もこの麺類の印象が大きく影響しているのかもしれません。

ここで私の業界の宣伝といえばそうなりますが、味噌汁の塩分について少しお話をしたいと思います。いまも申し上げたとおり、味噌汁１杯の塩分は決して多くはないということ、そして、野菜やジャガイモなどの具沢山にして、玉子でも入れたら、塩分少なめの割に一杯で十分腹持ちのする食事となる大変優れた料理だと思います。

さらに、これも皆さんお聞きになったことがあるかと思いますが、味噌の成分には高い血圧を調節する血圧調整成分のペプチド類が含まれていることから、同じ塩分含量のものでも、味噌汁として接種した食事の方が血圧の上昇を抑制するということが近年の研究で判明しています。

因みに、共立女子大の協力を得て、マルコメ味噌がある「長期のヒト介入試験」を行っています。内容は、味噌の血圧低下効果を検証するため、疑似味噌による味噌汁と本物の味噌を使った味噌汁を、それぞれ１日２杯ずつ、２か月飲んでもらう試験を実施する。疑似味噌とは食塩を使用せず、未発酵の大豆粉末と米粉で造ったもの。味噌は一般的な味噌を使用。結果は、味噌には塩分が含まれているにもかかわらず、疑似味噌と本物の味噌との間に日中血圧に差がなく、むしろ本物の味噌の方が夜間血圧が低下したということが分かりました。

これは飲み合わせの妙というものかもしれません。例えば、結石のものになるシュウ酸、渋みのあるものにはこのシュウ酸が入っていますが、これは牛乳なのでの乳製品と一緒に摂取するとシュウ酸が腸内から吸収されず、一緒に便として排出されます。

味噌汁も味噌の降圧効果が塩分の血圧上昇効果を滅殺し、夜間はむしろ降圧効果が勝るということなのでしょう。

今日は、キリンの新商品の話から始まり、結果的にはがっつり我が業界の宣伝になってしまいましたが、何卒、ご容赦ください。

これで会長の時間を終わります。

幹事報告

幹事　加登住　亮

≪連絡事項≫

・財団室NEWS　2022年9月号（回覧）

・『ロータリーの友』創刊70周年　俳句コンテスト開催のご案内（回覧）

○今後の例会予定

9/16　早朝例会　村山公園　清掃6:30～

9/23・9/30　休会

10/7　例会12：30～あゆの里

人吉RC奨学生卓話 職業奉仕出前セミナー

出席率報告

委員長　平山　修

現会員数	48名	出席免除会員数	2名
出席義務会員数	46名	本日の出席率	
欠席者数	8名	83.0%	
出席者数	38名		
免除会員出席数	1名	ZOOM(9)　会場(30)	

会務報告

【環境保全委員会】　委員長　塚本哲也

９月１６日(金)早朝例会の案内

清掃；６時30分～村山公園30周年記念塔ﾆｭｰﾑｰﾝ周辺

例会；７時～　テニスコート駐車場

各自清掃用具をお持ち下さい。

【雑誌委員会】

ロータリーの友９月号紹介

戸高 克彦副委員長

９月号の紹介です。

まず横組から、５ページにジェニファー・ジョーンズＲＩ会長のメッセージが紹介されています。

７ページから19ページまでは『ロータリーの友』創刊70周年特別企画として、主に1952～1968年頃までの興味深い記事が紹介されています。オンラインではテキスト検索機能が加わり、創刊号から最新号まで見る事ができますので、一度検索してみてはいかがでしょうか。

次に縦組、４ページから建築家の隈研吾さんのスピーチが紹介されています。日本を代表する建築家で、東京オリンピックの会場となった国立競技場を設計・監修されたのは記憶に新しく、また人吉のシンボル的存在の国宝・青井阿蘇神社の設計もされておられる人物なので、内容に大変興味をもちました。

主には、設計に対する想いや木の素材へのこだわりが書かれておりますが、冒頭の７行目の文章で「新型コロナウイルス感染症を受け、人類はこのたび、歴史の中の転換期ではなく、折り返し点を迎えたと言ってよいと思います」とあります。今の状況を折り返し点と表現されている所に目が止まりました。何かを変えていかなければいけない状況の中で、折り返し点と思えば、来た道を振り返りながら戻るとか、半分は来たといった、少し気楽な気持ちになり、次に向かうエネルギーが湧いてくるようなワードに感じました。仕事柄なのか、想像したり、させたりする表現レベルが違うように個人的には感じました。

他にも興味深い内容が詰まっていると思います。

ぜひじっくり読んでいただければと思います。

13ページには私の一冊という事で、ドラッカーの「現代の経営」という本の紹介がされております。最後に「繰り返し読んでいる」とありました。私も、ある社長からドラッカーの本を２冊いただいて読んだことがありますが、10年程前のことなのでなんとなくしか覚えていません。もう一度読み返してみようと思います。

24～33ページまでは、裏千家前家元で京都ロータリークラブ会員の千玄室氏の記事になっています。

1988～90年度　ＲＩ理事

1998～2002年度　ロータリー財団管理委員

2004年度　ＲＩ国際大会の委員長

を務められ、その他にもロータリー活動に多くの功績を残されておられます。内容を見ると、職業奉仕を通じて世界のロータリアンにもその名を知られるほどの

活動をされた方だと言う事が分かります。なんと年齢は今年４月で９９歳を迎えられたそうです。
かけ足での紹介となりましたが、以上で友の紹介を終わります。

【社会奉仕委員会】

地区社会奉仕部門　出前セミナー

国際ロータリー第2720地区
社会奉仕部門長　追立　武
（熊本西稜RC）

社会奉仕活動の事例について

ＲＣＣについて

RCC（RVC)の生い立ち
　RVCは、1985年の国際大会でRI会長エレクトのマット・カパラス氏の提案により、3年間のパイロットプログラムとして始まりました。
　カパラス氏は、フィリピン出身です。当時のフィリピンは非常に政情が不安定で、都市と農村の貧富の差も激しい有様でした。農村の人々は、本当に貧困にあえいでおり、この窮状から農民を何とか救いたいという思いから始まったものが、RVCです。
　良い成果を得られたことから、3年後の1989年RIの公式プログラムに採用されました。また、同時に先進国向けのプログラムとして、RCCの名称も承認されました。その後、RVC、RCCあるいはRCSCの名称が混在していましたが、1999年には、RIの理事会でRCCに名称が一本化されました。

RCCのメンバー
　メンバーは、ボランティア活動に関心のある個人から地元の協力団体までさまざまです。村全体がRCCとなる場合もあります。社会的弱者がRCCの活動を通じてスキルや能力を高め、貧しい地域が経済発展の機会を得ることもあります。

RCCの目標
・地域社会の発展に一人ひとりが責任を持つよう促す
・あらゆる有用な職業の尊厳と価値を認識する
・自己研鑽の機会をつくり、生活の質向上をめざして協力する
・地元の文化や環境に合わせて潜在能力を最大限に発揮できるよう促す

基本ガイドライン
・RCC所在地域に住む（または勤務・通学する）ロータリアン以外の人がメンバーとなります。結成には10人以上のメンバーが必要です。
・RCCは、少なくとも毎月1回、会合を開きます。
・RCCは毎年2つの主要プロジェクトを実施するよう奨励されています。
・会費は最低限に抑えられるべきです。
　詳しいガイドラインはrotary.org/ja/rccから

ロータリークラブと地区の役割
・関心を高めるクラブや地区にRCCプログラムをもっと知ってもらいましょう
・調査するRCCの必要性と実現可能性を探り、メンバー候補者を集めます
・導くスポンサーとなるロータリークラブに、結成手続きを案内します
・支援する継続的に奉仕プロジェクトのアドバイスやサポートを提供します
・広めるRCCの成功例をRIやほかの人びとに伝えましょう
　参考資料や結成書式はウェブサイトから
　www.rotary.org/ja/rcc

まとめ
・ロータリー地域社会共同隊（RCC）は、ロータリアン以外の人びとが集まり、柔軟なかたちで活動に参加する、ロータリーの奉仕のパートナー
・RCCは、地域の課題に、地域での解決法を提供
・さまざまな人びとがRCCのメンバーとなる

具体的な活動
■熊本西稜RCにおいて、ロータリー地域社会共同隊が結成されました
名　称：要約筆記サークルひまわり
結成日：2019年7月1日
RCC代表者：丸谷波津江氏
会 員 数：30名

結成認証状

要約筆記サークル「ひまわり」

活動内容
手話の苦手な聞こえない、聞きにくい方々に手書き要約筆記で文字を使って情報を提供しコミュニケーションを支援しています。高齢者、障がい者の方々は、災害時、平時などでも情報が届かない場合があります。今すぐ誰でもできる書いて伝える方法を広く一般の方々に知っていただき、又、防犯・災害時などはコラボして情報伝達などの活動を行っています。
活動地域は熊本県内一円

なぜ手書き？
手話が使えない方、中途で聞こえなくなった方、長く補聴器にたより、聞こえなくなった方、補聴器の具合が悪く集音が雑音になる方など、困っていられる方、要約筆記は、聴覚障害者のコミュニケーションを支援して社会参加ができるようにする手段のひとつだと思います。健常者だけが、社会を変えるのではありません。最近は、音声認識は精度が上がっていて、将来的にはもっと活用されるようになると思います。しかし、電源確保や、Wi-Fiの環境の整備など、まだハード面での課題も多くあります。要

約筆記と音声変換アプリは別物であり、話し言葉がそのまま文字になると、誤訳になったり、話しが伝わらなくなったりします。
要約筆記はその為に、人が常に訓練し、資格をとり、ボランティアで温かみのある、要約を心がけています。

ひまわりの活動状況写真

熊本県知事表彰

ひまわりに対してのクラブの取り組み
■地区補助金を活用した、機材の充実
■互いの会員の交流
■要約筆記ボランティア時の補助（手伝い）
■活動の補助
■互いの会員増の為の広報

ＲＣＣ活動例

CAN RCC（鹿児島城西RC）2001年結成九州初のRCC（隊員約15人20代～50代）
年に1回以上を行っているイベント、これまでに合鴨農法体験・障害者体験学習・バレーボール教室・鹿児島城山散策・地引き網体験など、親子の触れ合い教室の開催や障害者支援が中心。

半田災害支援ボランティアコーディネーターの会RCC（半田南RC）2004年結成（隊員53人40代～80代）
防災・減災活動を各所からの要請により幼稚園や小中高生さらには一般の方を対象に防災教室などを開催し、防災紙芝居・防災クイズなどをおこなっている。毎年1回の養成講座を開催しコーディネーターの養成と会員募集を行っている。

広島廿日市ゆうほRCC（広島廿日市RC）2004年結成（隊員8人40代～70代）
保育園や幼稚園、小学校に出向き、万引き防止教室や防災教室を行っている。また高齢者には振り込め詐欺をはじめとしたあらゆる詐欺を劇で面白おかしく紹介しています。広島廿日市ゆうほＲＣＣが結成された背景には広島市佐伯区八幡を拠点に、青少年健全育成、高齢者の社会福祉、地域の環境保全など多岐にわたり活動するボランティアグループ、八幡パイロットの存在があります。

苫小牧家庭生活カウンセリング協会RCC（苫小牧北RC）1996年結成（隊員50人）
スクールカウンセラーや犯罪の被害者相談など行っている。ベテランのカウンセラーやカウンセラーの認定資格1～3級取得者も多く在籍し、週3日の電話受付に対応。

さくらんぼ育成会RCC（瀬戸RC）2013年結成（隊員10人）
瀬戸特別支援学校のＰＴＡによって設立。瀬戸の地場産業である窯業を活動の中心に置き、子供たちと一緒に絵付けから始め、地元の陶器会社の支援を受けオリジナルの猫の鉢カバーを作って販売している。瀬戸市で開催された「第19回来る福招き猫まつりin瀬戸」では子供たちが陶器に絵付けした作品をチャリティーバザーのブースで一般来場者に販売し、その収益金をポリオプラス基金に寄付した。

岡山中央RCC（岡山中央RC）1993年結成（隊員17人）
月2回の例会と年に1回の「岡山高齢者セミナー」を開催。高齢者施設で化粧療法や生け花を行ったり、喫茶の活動の手伝いなどを行う。
また、雑巾を学校へ寄付する「雑巾プロジェクト」に協力。雑巾を高齢者と一緒に製作することで高齢者の社会参加意識や世代間交流、生きがいが生まれている。

名古屋守山RCC1996年結成（隊員1054人）
守山地区で個別で活動していた16の団体を当時の名古屋守山ＲＣの会長が一つにまとめ上げ結成に至る。おおまかに、地域・障害者支援・環境リサイクル・災害のボランティアを行っている。
田代ＲＣＣ会長は「若い世代にボランティアの喜びを知っていただかなくては名古屋守山ＲＣＣは生き残れない」「ボランティアにも楽しみがなければ継続はない」という信念で行動されている。

第2660地区社会奉仕活動（大阪北部）
・児童虐待・薬物乱用防止
・交通安全の周知
・清掃活動
・児童養護施設や特別養護老人ホームへの慰問
・スポーツ大会の援助
・献血

【寄付カード】
〈ニコニコ箱委員会〉
・**青木会長**　追立様ありがとうございました。勉強させて頂きました。
・**水野会員**　追立部門長卓話、貴重なお話を誠にありがとうございました。
・**石蔵会員**　9月14日をもって入会10年目を迎えます。これからも宜しくお願いします。

点 鐘　　青木一幸 会長