



高山西ロータリークラブ

# 例会報告

第 2630 地区 岐阜県 濃飛分区 創立 1966 年 1 月 15 日

- 例会日 毎週金曜日 12:30~13:30
- 例会場 高山市花里町 3-33-3 TEL 34-3988
- 会長 山下 明
- 幹事 寺田 昌平
- 会報委員長 堀川 和士



副幹事 門前 庄次郎

## <会長の時間>

8月4日が箸の日という  
ことですが、2日早いですが  
本日は箸と食文化について話  
をいたします。

### ◎ 箸の語源は

鳥の嘴に似ているとか、食べ物と口の橋渡しとか、端と端をつまんで食べるとかから由来しています。

### ◎ 自分に合った箸の長さを決め方は

ものづくり日本の基礎は箸にありとの主旨で2006年11月に国際箸学会が設立され、この箸学会で箸を持った時、最も美しく見え、使いやすい長さは「一咫半（ひとあたはん）」とのこと。「一咫」とは親指と人差し指を直角に広げ、その先を結んだ長さのことです。

・ 一咫は0.8尺、八寸、18cm位（割に1cm加減で15~16cm）。一尺は30.3cm、尺骨の長さ（肘から手首までの長さ）、一尺も曲尺（かねじゃく）と鯨尺によっても違う。尺貫法はややこしいけど、日本の文化であり、大切に伝えていかなければなりません。

### ◎ 尺貫法をしたたかに使うことは日本の文化を守ることで

・ 明治24年にメートル法が施行され、長さ、重さの単位をメートル、キログラムに国際標準化と称して統一。

・ 単一化は効率よく、利便性あるも、民族の文化は一つの基準では括れません。フランスで制定されたといっても、欧米ではヤード、フィート、インチ、ガロン、ポンド、オンスと多様に現在でもメートル法があっても使用されています。

・ 日本では尺貫法が廃止され、法律上は使用すると罰金刑があります。明治の頃は曲尺など使用したら逮捕などあったとのこと。スタンダード・スケールがあっても多様性を残す柔軟性がいかに大切かを箸を通して学びます。

### ◎ 箸以外の食べ方は

世界の人々の食事は手食が40%、非手食が60%。非手食の半分が箸食で、半分がナイフ・フォーク食です。手食が一番自然な摂り方であり、日本も奈良時代の頃までは手食であり、聖徳太子が隋から伝来した食事のマナー、箸で食べるマナーを広めたといわれています。

### ◎ 日本人の食性は

・ 箸を選んだのは米と魚文化の食性であったからと言われてます。箸で米をつまんで食べ、魚を食べる際に小骨を抜いたり、取ったりするには箸が一番道具として便利なのです。ナイフ・フォーク



は肉文化の食性として、刺したり切ったりする道具として一番必要だったからだと言われてます。

・ 箸を通じての日本の食文化は大切にしなければならないのですが、昔の日本人の食事は健康に良いとか、肉類は極力食べない方が良いとか、あまり栄養を摂らない方が良いという誤った考え方が一部にあり、そのことが若い方、高齢者に新型栄養失調が増えている原因になっています。

・ 人間は本来、植物食依存であるけど、肉・魚を含めた動物食を食べた方が、種として安定し、繁栄することは、人間の進化の過程で証明されています。肉が良いとか悪いとか、粗食とかベジタリアンとかは個人レベルの趣味の世界でしかなく、食の多様性・雑食性が強い方が、その種は安定するのです。

### ◎ 100年後、日本の食卓にはナイフ・フォークが主座になるか

・ 今まで肉が入ってきても、牛丼・かつ丼・親子丼・すき焼きとなって米をベースにした箸を通して日本食の副食品として取り入れてきました。

・ 米をベースにしない肉の食べ方（マック、ハンバーグ、ステーキ）が主食の座になりつつあります。100年後はごはん茶碗と箸が食卓の上ののらないかもしれません。

・ 日本の風土に根ざした食文化を大切にするために、箸のことをもっと伝えて、広めてゆきたいと思っています。

## <幹事報告>

### ◎RI日本事務局より

- ・ 8月のローレートについて
- 1ドル 100円（現行99円）

### ◎濃飛分区ガバナー補佐、IM実行委員長より

- ・ 濃飛分区 I.M. 開催のご案内
- 日時 9月28日（土）10:00~15:00
- 会場 シティホテル美濃加茂

### ◎ガバナーより

- ・ 2013-2014年度地区大会のご案内
- 日時 10月19日（土）13:00開会 20日（日）12:15閉会
- 会場 桑名市民文化会館／ホテル花水木
- 登録料 会員 10,000円 ご夫人 5,000円



ロータリーを実践しみんなに豊かな人生を

# 例会報告

## ◎ガバナー、地区青少年交換委員長より

- ・第6回春期受入学生リレーションおよび帰国学生報告会開催のご案内
- 日 時 8月24日(土) 11:00～
- 会 場 ホテルグランヴェール岐山
- 出席要請者 1月来日学生、カウンセラー

### <受贈誌>

下呂RC(活動計画書)

## <出席報告>

| 区分  | 出席  | Make-Up | 出席者数 | 会員数 | 出席率     |
|-----|-----|---------|------|-----|---------|
| 前々回 | 42名 | 8名      | 50名  | 50名 | 100.00% |
| 本日  | 50名 | —       | 40名  | 50名 | 80.00%  |

## <本日のプログラム>

## お祝い

### ◎会員誕生日

- 脇本 敏雄 8. 7
- 垣内 秀文 (当日欠席) 8. 27



### ◎夫人誕生日

- 古橋 直彦 直 子さん 8. 16
- 小田 博司 芳 子さん 8. 26
- 山下 明 淑 子さん 8. 28

### ◎結婚記念日

ナシ

### ◎出席表彰



小森 丈一 21年



井辺 一章 15年



洞口 良一 2年

### ◎在籍周年記念表彰

- 鍋島 勝雄 25年



## ◎3ヶ月表彰

- ・新井 典仁 ・伊藤 松寿 ・井上 正 ・井辺 一章
- ・小森 丈一 ・田中 武 ・洞口 良一 ・米澤 久二

### 交換学生

あいさつ  
エリザベス・  
クレア・コックス



みなさん、こんにちは。わたしは今7か月間日本にすんでいます。今はお礼しげ先生といっしょにすんでいます。

先週の土曜日ホストファミリーといっしょに海に行きました。わたしはながい時間およいだ。だからものすごく日にやけた。でも本当に楽しかった。おとといはつかもとさんのかぞくと花火見ました。すばらしかった。

今は夏休みだから学校のストレスはぜんぜんない。だから毎日ずっと楽しんでる。さいきんはいっしょにめいひいオリンをれんしゅうします。

## ゲストスピーチ



### 高齢者の健康づくり事業について

高山市社会福祉協議会 会長 西永 由典 様

わが国は世界一の長寿国になり、高山市も高齢率が高い市となっています。先般3月22日の高山西ロータリークラブの例会にお招きいただき、高山市の高齢化の状況についてお話しさせていただき、その中で「お互いに支え合う社会づくり」について説明させていただきましたが、高齢化社会の中で健康で長生きしていただくことが一方で重要になってきています。例えば高山市の介護保険の状況を見ますと、介護保険のお世話になる介護保険認定者の率は岐阜県下で高く当然介護保険料は県下で高いほうから三番目です。

そこで高山市と高山市社会福祉協議会では、高齢者の健康づくり事業として、特に転倒骨折などを意識し「ひざ腰元気教室」を各町内会の集会所(町内公民館という)に地域の高齢者に集まっていたいただき週1回の5ヶ月間体操の方法を指導し、

奉仕を通じて平和を

## 例会報告

後はメンバーで「健康サロン」グループを結成し自主活動で健康体操を続けています。現在自主活動グループは市内で220グループあります。しかしこの健康体操が出来るのは町内会で公民館をもっている町内で、市街地や古い町並の町内には公民館はありません。一方高山市の高齢化率は現在です。現在自主活動グループは市内で220グループあります。しかしこの健康体操が出来るのは町内会で公民館をもっている町内で、市街地や古い町並の町内には公民館はありません。一方高山市の高齢化率は現在28%ほどですがその中で旧市街地は高く40%に近く、その上独居や高齢世帯が多く、健康づくりの取り組みが最も必要な地区です。そこで市街地の商古街地区では国等の助成を受け、空き店舗活用事業として、高齢者等が集まる「よって館」（飛騨弁で上っていかんかな）を3ヶ所開設し健康体操や集まるサロンづくりを進めています。しかし伝統的町並みのある地区や空町地区にはこういう施設も出来ず、高齢者が多いにもかかわらず健康づくり事業に取り組みず困っていました。

そうした中、高山市下二之町（ここは国の伝統的建造物群保存地区に指定されている）の民家で家主が不在の建物で外観は保存地区に合わせた改修はなされたが利用されない建物（約9坪）があり、地区の保存会長からこの建物を活用して地域の健康づくり事業や高齢者の交流の場となる事業をすすめて欲しいとの依頼がありました。ただこの建物を活用するには給排水工事と畳建具の整備が必要で、高山市社会福祉協議会には整備費が出せるだけの財政力が良いので、先般高山西ロータリークラブの関係者の方に相談し、なんとか補助していただきたいとお願いした次第です。この整備事業の窓口は社会福祉協議会が行いますし管理運営は地区の保存会等で対応するように話を進めています。

この建物が整備できれば、この地域における高齢者の健康づくり体操や認知予防の交流事業だけでなく、高齢者と児童がふれあい青少年育成にも役立つと考えますので、支援方よろしくをお願いします。



## <ニコニコボックス>

### ●山下 明さん

高山市社会福祉協議会の西永由典様、ご多忙の中来訪して頂きありがとうございます。町づくり、高齢者事業としての「よって館」プロジェクトについてのお話をよろしくお願いします。

### ●寺田 昌平さん

高山市社会福祉協議会 会長 西永由典様、本日歓迎致します。講話を楽しみにしています。

### ●阪下 六代さん、井上 正さん

高山市社会福祉協議会 西永由典会長のご来訪を心より歓迎申し上げます。いつも公私共に大変お世話になりありがとうございます。今後何かとお世話になりますがよろしくお願いします。

### ●田近 毅さん

西永様のご来訪を歓迎申し上げます。いつもお世話になっております。

### ●新田 敬義さん、平 義孝さん

社会福祉協議会 西永会長ようこそお越し下さいました。

### ●内田 幸洋さん

西永さんのご来訪を歓迎いたします。いつもお世話になってます。

### ●折茂 謙一さん

①7月31日花火大会の夜、塚本さんにエリザベスのお世話をさせて頂きありがとうございました。

②7月27日～28日水見にエリザベスと家族で海水浴に行きとても楽しかったです。

### ●井辺 一章さん

いよいよ8月に入り観光のお客様で忙しくなる事を祈って！！

### ●伊藤 松寿さん

先日高山で行われた俳句の指導句会で、3回出した内の1句が入選しました。宮坂主宰から入賞として短冊を頂きました。大変光栄でした。

### ●下屋 勝比古さん

先日岐阜県中学校ハンドボール大会で娘の松倉中が男女アベック優勝しました。すぐ東海大会です。頑張ります。

### ●遠藤 隆浩さん

姪のサクラと下屋君の娘さんが所属する松倉中ハンド部が男女とも県大会で優勝しました。頑張れヒダの子！！

### ●河尻 浩次さん

7月27日(土)の「ちょけらまいか・仮装盆踊り大会」で大垣共立銀行高山支店が3回目の出場で「審査員特別賞」を獲得しました。踊りのテーマは「カンナム・スタイル」、チーム名は「大共スタイル」でした。衣装にお金をかけずに空元気いっぱいのが決めてになりました。来年は更に上を目指します。

### ●大村 貴之さん

昨日より飛騨高山親善少年サッカー大会が3日間かけて行われます。全国より32チームが参加し優勝を目指します。本大会準備のため早退させていただきます。

# 例会報告

## ●社会奉仕ヘルス委員長 田中 正躬さん

①西永さんのご来訪を歓迎します。

②8月4日(日)いよいよ高山西ロータリー杯ソフトミニバレー大会です。門前さんをキャプテンに新井さん井上さん下屋さん塚本さんの5人で強豪に挑戦します。皆様の応援よろしくお祈りします。

## ●挟土 貞吉さん

我が西クラブの良さ魅力は「3本の矢」、女性(ソフトミニバレー)、子供(9ヵ年皆勤表彰)と仲間(会員増強)を大事にするクラブであり、又例会を大事にする歴代会長の愛と情に満ちたクラブ運営であります。それらが認められての過去に頂いた自慢すべき「RI 会長表彰」受賞でありました。8/4日、(日曜日)は我が西クラブ杯争奪ソフトミニバレー大会です。女性、若いハッスルママさん達が手に汗、いや身体べっしょりの汗をかいての真剣勝負の大会です。見に来て応援してください。彼女達がいかに楽しみながらロータリークラブに対する理解と感謝をしてくれている大会であり、素晴らしい事業であるかを再認識して頂き、今後継続事業にするか、しないかの理事会でのご検討をお願いします。せめて我がクラブ50周年までは続けて欲しいものです。この事業は「やめた」と言う意見があることを小耳にしましたのであえてニコニコに一筆計上しました。「継続は力なり」です。長文でゴメンなさい。



## 第60回高山西ロータリークラブ杯争奪高山市ソフトミニバレーボール大会



8月4日(日)、第60回となる高山西ロータリークラブ杯争奪高山市ソフトミニバレーボール大会が、5部門57チーム、約300名の参加を得て飛騨高山ビックアリーナにて開催されました。我クラブからは少数精鋭の5名が出場しました。



|              |               |               |             |               |          |
|--------------|---------------|---------------|-------------|---------------|----------|
| 斑猫や往診の道急かさるる | ぐい呑みと玻璃の器に夏料理 | 土用太郎博物館のしづげさよ | 待望の會津磐梯戻り梅雨 | 小刻みに杖つく父の大暑かな | 七月はぐるま句会 |
| 三流子          | 丈仙            | 斗南子           | 和雄(句友)      | 木公            |          |