



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 田中 武
- 幹事 門前 庄次郎
- 会報委員長 田中 正躬



夏の終わり 蜘蛛 康介

<会長の時間>

飛騨の各地には昔の“飛騨の匠”の伝統に培われた高い技量と良質の材料を生かし、心を込めて造り上げられた寺院など、木造建築が、今なお何百年の歴史を伝えています。昔の大工は同じ寺院を建てるにも、陽当たりの南側と日陰の北側では、材料を選別して使ったそうです。これは単に建築上の技術にとどまらず、自然のなかで永年育まれた経験と知識に加え、大工の真心がこもっていたからこそ、数百年の風雪に耐えて今日なお木造の神社仏閣が立派に現存しているのです。

とかく『住宅は空家にしておくと、かえって傷む』といわれます。それも一理ありますが、では江戸時代に建てられた古い神社仏閣が、無人でもなぜ立派に残っているのでしょうか。そこには、現代のような合理性追求ではなく、昔の大工の魂を打ち込んだ建築の料が凝らされているからといっても過言ではないでしょう。

飛騨高山の大工たちは『よその土地へ出稼ぎに行く腕がにぶる』として、天領時代には出稼ぎに行く大工は少なかったといえます。そして建前には、大工道具に手を触れるのを恥として、刻んだ建材を鷹職に渡したあと棟上が終わるまで大工道具を使わないのを自慢したと言います。それが出来ないようでは、飛騨匠の流れをくむ大工ではないとさえいわれたそうです。

孔子の教えの四つ目は、「あやまちであらためざるこれをあやまちという。過ちを犯しても改めないものを、本当の過ちという。



<出席報告>

区分	出席	Make-Up	出席者数	会員数	出席率
前々回	33名	14名	47名	47名	100.00%
本日	39名	—	39名	47名	82.98%

<本日のプログラム>

クラブ奉仕委員会

本日のクラブ奉仕委員会担当例会は、ゲストスピーカーとして飛騨信用組合 古川支店 調査役 中村 修 様にお越しいただきました。プロフィールをご紹介します。昭和 29 年 高山市国府町のご出身。趣味が多彩で、全日本スキー連盟公認指導員や公認スキー A 級スポーツ指導員の資格をお持ちのスキー、小中学校でコーチをされているバスケットボール、そして水泳など。またカラオケではNHKのど自慢に 2 回出場されています。職歴としては、昭和 47 年 3 月 飛騨信用組合入組、平成 14 年 4 月 古川支店長、平成 19 年 6 月 常勤理事就任、平成 23 年 6 月 株式会社 レザミひだ統括部長、平成 25 年 10 月 神岡支店、平成 26 年 2 月 古川支店 調査役 です。本日は「私の健康法」と題してお話いただきます。よろしく御願いたします。



<幹事報告>

◎RI 日本事務局より

- ・10月のロータリーについて
- 1ドル 106円
- (現行1ドル 102円)

◎13-14年度ガバナーより

- ・2013-2014年度第2630地区地区記録誌送付のご案内

◎高山中央ロータリークラブより

- ・高山5クラブ親善ゴルフコンペのお礼

<受贈誌>

(財)米山記念奨学会(ハイライトよねやま174)、加茂東RC(会報)、不破RC(会報)、不破の関RC(会報)



私の健康法

飛騨信用組合 古川支店 調査役 中村 修 様

ロータリーに輝きを

例会報告

本日は伝統ある高山西ロータリークラブの例会にお招きをいただき誠にありがとうございます。

市民時報や新聞でも拝見させていただきましたが、先日13日に、高山西ロータリークラブ様と高山市社会福祉協議会様が、高山市下二之町に古民家を改装された交流施設「よって館しちよう」をオープンされ誠に、おめでとうございます。古い街並みに住まれる地域住民にとって念願の交流拠点とのことで、「さっそく地域の子供達が民話の朗読を聞いたり、お年寄りが立ち寄り交流できたりと、地域全体で活用していきたい。」と感謝の気持ち様が掲載されていました。日頃からの地域社会活動により、存在感を高められ50周年をむかえられることに敬意を表します。

また、高山西ロータリー様例会場の大垣共立銀行様は、全国初となる取り組みが数多くあり、向上心とチャレンジ精神が旺盛な金融機関であられることは皆様ご承知の事かと思えます。高山支店は、今年12月8日で15年を迎えられます。おめでとうございます。

今回このような機会を与えて下さったことに感謝申し上げます。当飛騨信用組合もお陰様をもちまして、昨年、新店を駅前に移転、新築オープンさせていただき、たくさんの皆様方にお力添えを賜り今年で60周年を迎えました、高い席からではございますが厚く御礼申し上げます。

さて、本日は私の健康法と題しまして少しお話させていただきます。

お手元の自己紹介表にもありますが、選暦の記念に82回目の献血をしてきました。入組したての頃、日赤に仕事に行ったり寝たきりの患者さんの姿を拝見したり、親友が交通事故に合っって輸血をしてもらったりして、生死を戦っている人たちのことを思うと、仕事でうまくいかなかったり、自分が面白くないことで悩んでいることの程度の軽さに気づきました。五体満足で仕事ができることに感謝をし、なにか自分にできることはいかと思えて献血を始めたことがきっかけです。60歳になっても献血ができる健康な体でいられることに感謝しております。よくスポーツ選手が記録を達成した時や成功した時に、丈夫に産んでくれた両親に感謝したいというコメントがありますが、当たり前のようなことに、思われがちですが、なかなかそれが難しい人達もお見受けしますので、日々感謝、当たり前ではない、と思っって何事にも臨みたいと思います。

よくお客様に「やっば中村さんやっつた。よ〜声聞こえたよ。元気そうやなあ。」と声をかけてくださいます。元気な大きな声が出せるのもこれまた健康な証拠と思っっております。

私は、大きな声で歌うことも好きです。好きが高じて、「NHKのど自慢」に2回出場できました。1回目はのど自慢は、昭和57年「高山市文化会館のこけら落とし」の時です。現在西ロータリーで活躍中の下屋先生は斐大高校3年生で応援団長であっ彼は、学生帽に学生服で出場されました。下屋先生18歳、中村修28歳の時です。その時の出傷者は皆さん仲が良くて毎年『ゴナラベカイ』と称して、その頃の話で盛り上がります。新装文化会館のステージで、前日の予選会では300人が、当日は25組が歌いました。土足で上がるのを躊躇するような真新しいステージ、そのステージに向うように配置されたすり鉢伏の客席、自分が皆さんを見渡しているのか、みなさんから見られているのか。出場者皆にとって、あの時の緊張感や、爽快感は特別だったようです。もらっつていけないゲストのサインを内緒でもらっつたりしたことが懐かしいです。2度目のNHKのど自慢は、4年後古川町の「農業者トレーニングセンター」でした。この時も応募教600人ほどのなかから、セレクションされるのですが、古川支店営業職員みんな、で、「人前で歌ったり、話をしたりできなくて営業ができるか！」との思いで応募し、みん

な選考会では歌えたのですが、たまたま自分が最終審査を通過して、鐘になったのです。飛騨地方会場との事で、私のローカルさ田舎臭さが良かったのでしょうか、これは大きな自信になりました。音楽の成績は良くなかったのですが「のど自慢」での経験を切っ掛けに度胸が付き、仕事にも幅が広がり、今回の様な機会に恵まれるようになった気がいたします。模擬試験に行かずにNHKのど自慢を選ばれた受験生がみえました。その後国立大学に進学され、現在は公務員になってみえますが「おれ、何もできなただけど、たまたまのど自慢に出れたことがすごい自信になった。」とその方もよく言われます。出場者それぞれに、その後の人生にいい影響をもたらされたようです。のど自慢に出場されプロデビューされたタレントには、あの美空ひばりさんもお見えになります。ひばりさんは、鐘ひとつだったそうです。北島三郎さんは鐘2つ、島倉千代子さんも鐘2つ、五本ひろしさんは合格されたそうです。終つたあと、担当者から「くれぐれも、プロの歌手になろうとは思わないように」と言われました。お客様に誘われ、始めた高山市民合唱団で基本的な発声練習等をしていただいたおかげ、音符が読めない私に音程の取り方を教えていただいたお陰だと思っつています。

二つ目の健康法は、小中学生のバスケットボール指導のお手伝いがあります。子供達からは元気がもらえます、私の原動力の一つになっている気がします。子供追っつて素晴らしいです。大人が忘れてしまった優しさや素直さを持つている子、容赦なく自分の考えや感情をぶっつてくる子、泣いたり笑ったり怒ったり、色々な子がいます。そんな子供達と一緒に、趣味と運動でストレス解消りフレッシュします。そんな中にも、自分の思い通りにならないと、怒りを顔に出し切れる子、勝つても喜ばず負けても悔しがらない子がいます。そんな子も根気よく成功体験を身に付けてもらっつて変わっつてきます。それぞれ個性があり、プレーは上手くできなくても、大きな声が出る子、走るのが速い子、ドリブルが得意などと、その子の良い面を褒めて伸ばしてやります。すると、自分の良いところに気が付き頑張るとできるようになる。そのきっかけ作りになればと「いいぞ」と声をかけて背中を押してやる。声掛けをすればするほど自信をつけていき、不思議とバスケだけでなく物事に対する取っつ組み姿勢も変わっつてくるようです。

子供たちのスポーツといえば、今年の夏の第96回全国高校野球選手権石川大会の決勝戦で驚異の粘りを見せて大逆転劇を演じ星稜高校が話題になりました。0-8で迎えた9回裏、一挙9点を奪っつて小松大谷にサヨナラ勝ち。甲子園出場をつかみました。甲子園でも3回戦進出の快進撃でした。「笑えば前向きになれる」「自分かちの野球ができる」。昨冬、みんなでおっつめた合言葉が「必勝」をもじつた「必笑」だったそうです。今スポーツ科学のトレーニング方法の中で笑いの活用が見直されているようです。笑うということとはとても健康にいいことのようにです。作り笑いでも本当の笑いでも同じような効果があることが医科学的に実証されています。だまされたと思っつて家に帰られたら鏡に向かっつてにっこり笑いかけてみてください。作り笑いでも気分を愉快にするセロトニンや自然の鎮痛剤と言われるエンドルフィンが出てポジティブなスパイラルになります。簡単な方法ですのでお勧めです。「笑う門には福来る」と昔の方はよくおっつしゃつたものだと感心いたします。朝から晩まで笑っつてばかりはいられませんが、ときには漫才でも聞いて笑っつて、バカになっつて笑う事もいいのではないかと思います。子供さんと大人と一目に笑う回数はずいぶん違っつうものです。子供300~400回、大人10回~15回だそうです。大人はなかなか笑いません、難しい顔をしてます。私たちも成績が悪かっつたりすると、ついつい難しい顔になっつて怒っつたりしなければいけません、笑うということとはストレス解消にはとてもいいと思っつています。みなさ

例会報告

んもどんどん笑ってください、笑顔のほうがコミュニケーションは取れますよ。歌って笑って子供達と運動して、健康を維持し、健康寿命を伸ばしたいと思います。

元日銀名古屋支店長の早川英男氏が、今後人手不足は20年は続くとおっしゃってみえ、国島市長さんは、肉体労働は難しくても若者に劣らない知識や技術を持つ高齢者はいるとの考えから、高齢者を生涯現役世代に改革し、活躍の場を提供するとマニフェストに書いて見えました。実際に中津川に金属部品メーカー「加藤製作所」があります。この会社は、社員107人のうち60歳以上のシルバー社員は50人(平均68歳・最高年齢者77歳)いるという会社かおり、高齢者は仕事を得ると一様に若々しく元気になり、本人には生きがい・張り合い・やりがいがあり。もちろん所得面でもプラスがあり、年の慣れた社員と一緒に働くことにより、お互いに思いやりの心で接する社風が育まれたそうです。

また、安倍さんの政治方針にもありましたように、労働生産性人口の減少により、女性の登用が進むと思われれます。ここに紹介する『いろはす』(日本コカコーラ)『キリンフリー』(キリン)は、それぞれ梶原奈美子氏31歳、小林麻美氏35歳が女性の視点観点で開発され、飲料市場に発売される年間約1,000もの新商品の中から勝ち残り大ヒットとなった商品です。今までの固定概念を取り払った女性ならではの画期的な商品です。このように、どんなに男性がマーケティングし計算しても計算しつくせないところに、女性の視点での新しい発想があったのです。女性の進出は不可欠であり大活躍の場が用意されていると思われれます。

先日は、敬老の日でしたが、岐阜県内の100歳以上の方は901人、最高齢は、110歳の下呂の女性、続いて108歳の郡上の男性だそうです。医療の発達と適切な介護ケアの充実により、健康に生活できる環境が整ったのでは、と県の高齢福祉課の方は分析されているようです。日本は超高齢化社会と言われ、平均寿命は男性80.21歳、女性86.61歳です。健康寿命は男性70.42歳、女性73.62年となっています。健康寿命とは、健康上の問題により日常生活が制限されることなく生活できる期間と定義されています。平均寿命と健康寿命の差は、日常生活に制限のある期間を意味しており、10年前後あります。現在は、介護保険制度が始まり10年余りが経過し介護保険の充実により、要介護者や介護を担う方の負担を社会全体で支える体制になってきています。

私は、42年間「命の次に大切なお客様の財産をお預かりしている」と、金融機関に勤めてまいりましたが、その後、福祉と医療と介護の仕事に2年あまり携わり、勉強させていただきました。医療と介護は「一番大切な命」をお預かりしている仕事です。福祉と医療と介護の職場には、他人を思いやる慈しみの心を持ち合わせた方々が携わってみることに感銘しました。福祉と医療と介護の現場に携わり、『人生の閉じ方』の難しさを感じました。「良好な人間関係」と「そこそこの貯蓄」「相談できる人」が、大切だと痛感しました。

60歳の今年、今自分を見つめなおしさらにお役にたてるよう自己研鑽に努め「明るく、楽しく、元気よく」をモットーに挑戦していこうと思います。ご指導のほどよろしくお願いいたします。

50周年を迎えられます高山西ロータリークラブ様・会員皆様方の益々の発展をご祈念申し上げ、つたない話で恐縮でしたがご清聴ありがとうございました。

<ニコニコボックス>

●田中 武さん、門前 庄次郎さん

本日は飛騨信用組合 古川支店 調査役 中村修様にはお忙しい中ご来訪賜り有難うございます。後ほどの卓話 宜しくお願ひします。また会員の皆様にはここ2週間で、13日の未来の夢計画事業の「よって館・しもちょう」の開所式、18日の3クラブ合同ガバナー公式訪問、21日のソフトミニバレー「木下杯」の大会と事業が続きましたが、参加・協力有難うございました。よって館開所式は来賓の皆様を初め、地域の方にも沢山出席頂き盛大にやる事が出来ました。また、木下杯は多くの参加者で大変盛り上がりました。選手や応援に来て頂きました皆様、有難うございました。そして、両方もも担当頂きました、社会奉仕委員会の鴻野委員長はじめ委員の皆様有難うございました。

●米澤 久二さん

飛信用組合の中村修様、本日はスピーチよろしくお願ひします。楽しみにしています。

●阪下 六代さん

幼なじみの中村修さん、ようこそお越し下さいました。卓話を楽しみにしております。

●折茂 謙一さん

本日は中村修様ようこそおいで下さいました。卓話よろしくお願ひします。

●山下 明さん

ひだしん古川支店 中村 修 様、ご多忙の中ご来訪いただきありがとうございます。講演楽しみにしています。

●下屋 勝比古さん

のど自慢出場同窓生、中村修様の来訪を歓迎します。

●狭土 貞吉さん

先日の山王フラワーズ30周年(ソフトミニバレー育ての親であり、我が西クラブ総監督・コーチとして指導いただいている木下杯記念大会)に参加の選手の皆様さん又田中会長、門前幹事さん鴻野委員長さん他応援にこられた方々ご苦勞様でした。なおクラブ会報を見ますと第8回には36チーム465人の参加を記してあります。凄い大会運営がなされて来ています。当日私は高山市の平和の鐘除幕式に参列し心を込めて世界平和を願って鐘を打ってきました。

●鴻野 幸泰さん、井上 正さん

9月13日のよって館しもちょうの開所式、そして9月21日の30周年ソフトミニバレーボール大会には多くの皆様にご出席いただき誠にありがとうございました。社会奉仕委員会として大きな事業が続きましたが、皆様のお陰で無事進める事が出来ました。よって館が今後地域の皆様にご利用され地域の絆が深まる事を願っています。ソフトミニバレーボールではチームはぐるまはこれまでの中で非常に良い戦いをしました。練習をもっとやろう!という事で11月の全国大会に向け毎週木曜日に練習を行いますので是非ご参加下さい。

●小森 丈一さん

①「よって館しもちょう」の落成よろこばしく思います。今後は会員の活動への参加が必須となりますのでご協力下さいますようお願いいたします。

②ソフトミニバレーボール30周年記念大会、鴻野社会奉仕委員長のご活躍には感謝感謝です。バスでの送迎ありがとうございました。

●新井 典仁さん

9月21日ソフトミニバレー30周年記念大会に参加させていただきました。30周年という記念すべき大会に参加出来た事大変嬉しく思いますし、とても感謝いたします。試合結果としましては全7試合で全14セット中1セット取ることが出来ました。

例会報告

●塚本 直人さん

先日ソフトミニバレー30周年大会に参加しました。鴻野さん井上さん、お疲れ様です。ありがとうございます。今度は是非1勝を！

●向井 公規さん

先日のソフトミニバレーボール大会、午前のみ参加させていただきました。勝つことが出来ませんでしたが接戦は出来ましたので、次は1勝目指します。また夜は当館で懇親会を開いて頂き誠にありがとうございました。

●中島 弘人さん

本日は所用にて欠席させていただきます。誕生日のお祝いありがとうございます。先日の30周年ソフトミニバレーボール大会では残念ながら7戦全敗でしたが、1勝目指して井上キャプテンについて行こうと思います。

●下屋 勝比古さん

仁川アジア大会、我がボート競技は金1個銀2個を獲得しました。

●駒手 康介さん

随分前の話で恐縮ですが、5クラブのゴルフ大会でお馬様が当たりましたので少しかニコニコさせていただきます。残りは既に使い切りました。ありがとうございました。

●岡田 賛三さん

先日の飛騨木工フェスティバルは大盛況でした。ありがとうございます。また当日中日新聞に私の記事が載りました。

●堀川 和士さん

山へ2時間半ほどで、松茸を30本近く2Kg採れました。初物という事で米が見えないほどぶつ切りで大量に入れて松茸御飯を炊いた所、松茸が邪魔で食べにくかったです。例年より10日ほど早く出たので、雪降りが早いかも…。

●内田 幸洋さん

母の葬儀は身内だけで済ませました。お世話になった方々には大変ご無礼いたしました。

5部門に26チーム108人が参加する大きな大会となりました。



多くのクラブ会員の方々からの協賛金によって、多数の賞品が出場選手に提供されました。ご協力ありがとうございました。



クラブからも参戦。
14セット中1セット
奪取の善戦(?!)

30周年記念ソフトミニバレーボール大会

9月21日(日)、高山市でのソフトミニバレーボール発足30周年発足を記念する大会を飛騨高山ビックアリーナにて開催しました。



開会式では高山市スポーツ振興課長 東田様はじめ、クラブからも多数の方々に参加いただきました。

発足30周年の山王フラワーズの皆さんと共に



ロータリーに輝きを