



週)報

国際ロータリー
第2570地区

2014~2015年度))) RI会長)ゲイリーC.K.ホアン)
RIのテーマ)『ロータリーに輝きを』)
地区のテーマ)))「行動)ACTION」)ガバナー)坂本元彦)

狭山中央ロータリークラブ

〔例会場〕狭山東武サロン〒350-1305) 狭山市入間川 3-6-14)TEL)04-2954-2511
〔事務所〕〒350-1305)狭山市入間川 1 -24-48)TEL)04-2952-2277)FAX)04-2952-2366
<http://www1.s-cat.ne.jp/schuohrc/E> - mail:schuohrc@p1.s-cat.ne.jp
会長)稲見)淳) 会長エレクト)江原伸夫))副会長)坂本松男) 幹事)江原伸夫)

〔第3グループ内の例会日〕 狭山(金)、新狭山(月)、入間(木)、入間南(火)、飯能(水)、日高(火)、狭山中央(火)
所沢(火)、新所沢(月)、所沢西(火)、所沢東(木)、所沢中央(月)

第1028回(2月17日)例会の記録

点 鐘 稲見 淳会長
合 唱 我らの生業
第2副SAA 栗原(成)君、松浦君
卓話講師 所沢市選挙管理委員会委員長
松岡幸雄様

出席報告

会員数	出席者数	出席率	前回修正
39名	26名	66.67%	81.08%

会長の時間

稲見会長

今日は松岡先生ようこそおいで頂きました。楽しみにしておりますので、宜しくお願い致します。

今日は急遽3分間ということで、話の話題を変えまして、私の健康法について簡単にお話させて頂きます。健康法と言いましても健康にはあまり留意しておらず、私は毎晩浴びるほどお酒を飲んでおりまして、今日も朝起きたときはびっくりするほど酔ってしまいました。5時45分に人と待ち合わせをしていたのを忘れており、飛び起きてすぐ行って帰って参りました。



私の健康法とは、そのお酒を消すことでありまして、毎日朝起きてから出勤するまでの間に2のペットボトルを飲みきることが健康法です。

私が飲んでいるお水は、富士山の麓3合目で汲めるお水なのですが、ちょうど13年位前に私の友人が美味しいお水があるということで行ってみました。そうしましたらこのお水を汲みに100人位来ておりました。どんなことに効くかということ

をその会社が説明するのですが、ガンが治る、胃腸が強くなる、便秘が治ると何でも治るそうです。そして成功体験を3人位がいう訳です。私の友人はそれに心酔しておりますので、良いのだと言うのですが、私は隣で聞いていてこれは眉唾もの

だ、絶対嘘だと思っておりました。しかしそれでも水は美味しかったので、飲もうかなということで十数年飲んでいるわけですが、その時この権利を買うのに130万円の入会金が必要でした。それをまず払いまして、すると年に2回、本数にして240本だけは無料で送られてきます。そしてこれ1本がいくらかと言いますと、570円なのです。嘘みたいな水です。そのため決して人には勧めず私だけが飲んでおりますが、私の家に行くとき一部屋水だけです。これがゴロゴロ転がっているという状況で、地震等の災害の時にはめっぽう強いのではないかと考えております。しかし狭山所沢は地盤が強いということで、その期待に反して使う時がありません。しかしこれを毎日飲むことによって、私は毎年大病院でドックを受けておりますが、寶積先生曰く、「その水が効いているんだよ。あなたの場合はもっと酒飲んでも大丈夫だよ。」と太鼓判を頂いておりますので、まだこれからもお酒も飲みますが、このお水も一生懸命飲みたいと思っております。

幹事報告

江原幹事

1. 「RIJO-FAQ」会員増強ウェビナーシリーズ第3回のご案内について。
2. ロータリー米山記念奨学会より、1月の寄付金納入明細総合表について。
3. 2570地区より2017-2018年度ガバナー推薦結果と今後の手続きについて。
4. 2570地区青少年委員会より国際ロータリー高校生向け「留学説明会」公開開催について。
5. 2015-2016年度PETS(会長エレクトセミナー)開催のご案内について。
6. 例会変更 所沢中央 RC
7. 受贈会報 入間 RC 入間南 RC 狭山 RC
8. 回覧物 ハイライト米山 179

《)会員 3 分間スピーチ)》

高須賀正雄(会員)

「後期高齢者の仲間入りを して」

2月6日で75歳になりました。昭和15年2月11日は紀元節、今風に言いますと建国の日、丁度皇紀2600年にあたります。私の誕生を祝し、国中が提灯行列等でお祝いをしてくれたそうです。

それから5年、昭和20年真夏のある日、朝から太陽が肌を焦がすよう照り付けておりました。家の前の海で遊んでおられますと、空はどこまでも青く高い所を1機の銀色に輝く飛行機が西の方へ飛んでいくのを覚えております。しばらくすると西の空が金色に光ったのが、昨日の様に思い出します。私の生まれは四国松山の高浜という港町で、大阪と九州を結ぶ寄港地で広島とは瀬戸内海をはさんで約60kmの対岸です。何日かして広島にピカドンという新型爆弾が投下され、町が消えてしまったという話を聞きました。後は、皆様ご承知の通りです。

それから終戦を迎え、体制が180度変わった事により、近くにあった予科練松山航空隊の兵隊さんたちは今後どう生きていけばいいのか、ヒロポンにはしる人、当時密造酒のどぶろくを飲んで喧嘩をする兵隊さん等々、大変な時代でした。食料が無くサツマイモばかり食べておりました。みんなが同じように貧乏だったので我慢ができたのでしょうかね。

あれから70年、今の若い人たちにこんな話をしてもピンとこないと思います。これは実際に体験した事です。ここにおられる同年代の方々は大なり小なり同じような体験をされたのではないのでしょうか。皆様はその後、人の何倍も努力され一國一城の主になられ現在があると思います。しかし、会社も創業から30年~40年で代替わりの時期に来ると思います。日本国も敗戦後70年、2回目の代替わりの時期に来ていると思います。私が最近気になってしょうがない事がいくつかあります。それは、

- 1.日本国民の借金が1000兆円を超え、一人約800万円だそうです。どう始末をつけますか？
- 2.太平洋戦争で軍人軍属民間人合わせ約320万人(埼玉県の人口の約半分)もの尊い命を失い、戦後日本人自身で総括し誰が責任をとったのか。今の我々は犠牲になられた方々のお陰で生かされていると思います。
- 3.戦後70年も経つのに、未だに外国の軍隊が駐留し、それも金まで出しておかしいと思いませんか？自分達の国は自分達で守りましょう。
- 4.近年、霞ヶ関方面や永田町方面が制度疲労を起こし、納税者の方を向いて政り事をやっていないように思います。



- 5.選挙のたび投票率が40%そこそこでは、いずれそのつけは全部有権者が払う事になると思いますが、どうでしょう。孫たちが大人になった時、「じいじ達何やってたの」と言われはせんか心配です。皆様如何でしょう？年寄りの戯言で済めばいいのですが…。

委員会報告

R 情報・雑誌

浜野委員

【縦書】

13頁：友愛の広場に「ところ変われば」とあります。アメリカのイリノイ州にロータリーの若者4人と一緒にホームステイへ行き、そこでホームパーティーがあったそうですが、何かしなければということで大うけしたものが、NHKのラジオ体操だったそうです。日本から持参したテープに合わせてラジオ体操を披露したそうなのですが、見ていたアメリカ人が腹を抱えて笑いこぼしたということです。それ以来交換学生として海外に行く人々には、ラジオ体操を披露することを勧めているということなので、皆様も行かれる時には、是非ラジオ体操を披露されては如何かなと思ました。その下には、「青少年交換学生」でいらした方とずっと交流が続いていて、結婚式に参加したということが出ております。密度の濃い交流をしている所もあるのだなと思ました。

【横書】

36頁：私も今米山奨学生のカウンセラーをしておりますが、こちらの秋葉さんもカウンセラーとして活動されており、モンゴルの方を受け入れたときにすごく親身になって面倒をみたということで、中々ここまでは出来ないのではないかとということが書かれておりましたので、是非読んでみて頂きたいと思ます。

「外来卓話」・・・・・・・・

《講師紹介》

坂本松男(会員)

松岡さんの経歴等をご紹介させて頂きたいと思ます。皆様方のお手元に埼玉版の2013年10月13日の新聞が配布されているかと思ますが、私この新聞を読んだ時に、是非稲見年度での卓話の講師としてお願いしたいと思まして、温めておりました。稲見年度が発足した7月4日に選管に行き、8月7日に松岡先生のご自宅で卓話の依頼をさせて頂きまして、多忙な中、本日いらして頂きました。

松岡先生は1942年北海道でお生まれになり、1972年に所沢の小学校、また校長先生もお勤めされて、「彩の国いきいきマジッククラブ」の会長もなされております。今日は「いつも、前向き、楽しく」というテーマの卓話とユーモラスなマジックを披露して下さるということですので、宜しくお願い致します。

所沢市選挙管理委員会委員長 松岡幸雄様



今ご紹介頂きましたが、所沢市選挙委員会の委員長をさせて頂いております。まず会長さん始めに、副会長さんにお招きの御礼を申し上げなければいけないと思っております。特に坂本さんには、2013年の新聞をずっと温め、心に留めておいて頂いたことを本当に嬉しく思い、御礼を申し上げます。ありがとうございました。

先ほどお話にありましたが、昨日一昨日、住民投票の投票日がありました。1週間ほとんど新聞、警備等、マスコミ関係の包囲がずっと続き、特に日曜日は開票所が21時から始まるわけですが、所沢市民体育館というとても大きな所で、1階は開票所ですので2階にマスコミ関係がとても沢山おりました。数えましたら50人、カメラが10台ほどあり、その中での挨拶はとても緊張致しました。学校の卒業式以上の緊張を経験する、異様な雰囲気でしたが、それだけ関心が大きかったということだと思います。西武ライオンズだけでなく、住民投票でも所沢が全国版になったかなと思っております。

今日の演題は『いつも、前向き、楽しく』です。「いつも」ということは大切なことで、「前向き」は、後ろ向きの方もおられます。「楽しい」は楽しく出来ない方も中にはいらっしゃいますので、そうした意味ではこの3つの言葉はとても大切なことだと日頃から思っております。

私たちは日本が迎える高齢・長寿社会の中で、心身共にいきいきと逞しく生き抜いていかなければなりません。以下10点程並べてみましたので、お話をさせて頂きたいと思っております。

1.健康診断で「己を知る」

大切なことだと思うのですが、あまり医者にいったことがないと自慢している方がおられますが、本当の所を言いますと、医者嫌いなのだと思います。食わず嫌いに通じるのかと思いますが、医者には近づいて行った方が、悪いことは無いと思います。自分の身体を客観的に知るということはとても大切なことですので、定期的な健康診断、誰かに任せるのではなく自分で健康管理をするということが大切だと思います。

私は不整脈がだいぶ前に発見されまして、カテ

ーテルアブレーションという不整脈を起こさないための手術を2度受けました。それ以来とても元気で、運動もガンガンできますので、そういった点ではとても幸せな、生き活きた日頃を送っております。医者にかかっている、健康診断をマメに受けることは大切なことだと痛切に感じております。生きていく上でのベースになる部分ですので、健康診断は大切なことだと思います。

2.自分なりの「ライフプラン」を

自分なりですので、他の人と同じでなくて良い訳で、同じにする必要は全くないと思います。以前からずっと考えていたやりたいこと、思っていたこと、そんなことは誰にでもあろうかと思いますが、本当にしたいことなのか改めて考え、自分のしたいことを見つけ、しかも楽しくできることを是非自分のライフプランに添えてみてはいかがでしょうか。そうすれば楽しい訳ですから継続が可能となります。良く言われますのは、ライフプランには気持ちだけの問題ではなく、バックには金銭的な問題も考えなければいけないということですが、金銭的な事だけではなく、肉体的なこと、健康的な事、精神面、例えば趣味や対人関係、そうした部分についてのライフプランを持った方が良いのではないかと、痛切に感じております。私も定年退職前にこのような話を聞きまして、自分を見直しました。ライフプランがそれなりにできれば、助走期間も大切ですので、早いスタートができればなお充実した人生が送れるのではないかと感じております。

1、2は一般的なことでもありますが、3以降は私自身の紹介にも関わってくると思っております。

3.趣味として「走り続けて」

趣味として走り続けてきました。今度の日曜日に東京マラソンがあるようですが、第1回の東京マラソンに、3倍の競争率でしたけれども、無事当選致しました。あのときはスタートが雨で、大変寒い中でしたけれども完走できました。東京マラソンだけではありませんが、90回以上マラソン大会に参加しております。

この近くで言いますと、圏央道が開通する1週間位前に、「圏央道マラソン」というものがあり、そちらにも参加致しましたし、秩父まで電車で行き、帰りは所沢まで走ってきたこともありまして。山手線一周もしたことがありますし、池袋まで電車で行き、走って帰ってきたこともあります。そして東京アクアラインの開通直前のマラソン大会にも参加し、走ってきました。東京アクアラインは走ってみて初めてわかりましたが、トンネルの中ばかりで景色が全くなく、こんなマラソンもあるのだと一生忘れないと思います。東京の品川の方からスタートし、トンネルをずっと行き、海ほたるまで行ってやっと外気に触れました。その先まで行ってUターンし戻ってきたのですが、忘れられない思い出です。

退職直後にはホノルルマラソンを走ったこともありすが、一番長いのは所沢から江の島まで67km 走っていきました。「継続は力なり」と良く聞きますが、マラソンに関しても同じことが言えると痛切に感じておりますし、やればできるということを感じました。

昨年春、江の島まで一度走った所をもう一度行ってみようと、マラソン仲間2人と自転車で帰ってきました。マラソンで行ったときには帰りは小田急の特急で1時間位で帰ってきましたが、この場合は自転車ですので置いて行くわけにはいかず、翌日また自転車で帰ってきました。そして稚内から沖縄縦断、日本列島縦断も致しました。私が所沢市立荒畑小学校の校長だった時のPTA会長も走っている人で、校長とPTA会長のペアでその後ずっと20数年、あちこち行っております。日本列島を縦断する中で、全国の過疎の状況、無人になった家や、朽ち果てた家、農家等色々ありますが、そういうものを見るととても胸が痛み、印象に残っております。そして同時にやさしさということも教えられました。水はあちこちで頂きました。知らない家に入っていて、お昼頃、冷やしてあった麦茶を頂いたことは一生忘れません。自動車学校で冷房が効いているということで、休憩してありましたら麦茶を出して頂きました。夜は2人で居酒屋へ行って夕飯と今日一日の打ち上げをよくするのですが、その居酒屋で今晚どこに泊まるのかと聞かれ、近くの公園に泊まりますと答えたら、お店の2階に泊まっていいということで泊めて頂いたり、色々なことを再発見致しました。

人に優しくするということをおぼれておりました。もちろん子供にも色々指導はしておりましたが、自分自身にそのような優しさは、今まで忘れていたと痛切に感じ、色々な発見を致しました。

4.趣味として「写真を」

こちらは奥の深いジャンルでありまして、退職直後に有料の写真教室に通い、約30点入賞を致しました。写真教室に通ってすぐのことでしたが、埼玉県知事賞を頂きました。たまたまた2人に了承を取って、写真を撮らせて頂いたのですが、それが埼玉県知事賞を取って非常に嬉しかったです。こう撮れば良いのかということをおぼれて教えてもらったような、そんな気がします。

そして狭山・所沢など4市1町にまたがる「三富の四季」という題で、継続的に個展を開きました。

その時の写真、農家のご夫婦の休憩している姿の写真ですが、所沢市長賞を頂き、非常に嬉しかったです。

個展の時にはNHKのテレビや



埼玉テレビ、そしてラジオとはすごいと思いがすが、NHKのラジオでは1日中何回も放送をしてくれました。

5.趣味の「手品」でボランティア・恩返し

趣味でマジックをしております。被災地にも出かけ、被災地のお寺の本堂でマジックを致しました。



6.運動大好き「テニスクラブ」で交流

テニスクラブで交流をしております。昨日も2時間程テニスを致しました。

7.「元気会」を組織して交流

現役時代から会長を30人位の会員ですが、春・秋にハイキングをする等、色々なことを行っております。

8.「自治会行事」に参加・交流

自治会行事に積極的に参加しております。土曜日は文化祭でマジックを、10年連続で披露してきました。50人の満席の中で人を騙すということは、非常に快感でした

9.「いきが大学」等での交流

高齢者の学習の場「市民大学」等での交流をしております。

10.「感謝」の気持ち

感謝の気持ちを非常に感じております。周りの今まで支えて頂いた多くの方々や、家内にも感謝の気持ちを持ちながら、自分を謙虚に見直す良い機会といった、そうした心のゆとりを持つことができたと思っております。ただ今第2の青春のかなと自分で感じております。

簡単に言いますと、興味・感心・好奇心を持ち続ける、失わないということが大切なことだと感じております。



ニコニコボックス



稲見君 所沢市選挙管理委員会委員長、松岡幸雄様、ようこそおいで下さいました。今日のお話楽しみです。高須賀さん3分間スピーチ楽しみです。

江原君 所沢選挙委員長松岡幸雄様、本日の卓話の時間楽しみにしておりました。何卒宜しくお願い致します。また、高須賀会員本日の3分間スピーチ何卒宜しくお願い致します。

宮野君 お休みしてすみませんでした。たぶん復活できたと思います。

坂本君 所沢選挙管理委員会委員長松本先生、本日の卓話よろしくお願い致します。3分間スピーチの高須賀会員楽しみにしています

会員誕生祝 高須賀君

2014～2015年度 ニコニコ累計額	2,029,000円
------------------------	------------

次の例会

第2副SAA 守屋君 中谷君

3月3日(火) 12:30～13:30

イニシエーション・スピーチ 高須賀正雄会員

