国際ロータリー第 2620 地区　藤枝南ロータリークラブ会報　2019 年 8 月 9 日（金）No. 6

Weekly Bulletin

藤枝南ロータリークラブ　会報

例　会：毎週金曜日
会　場：小杉苑　藤枝市青木 2-35-30
ＴＥＬ：054-641-3321
事務局：藤枝商工会議所内　藤枝市藤枝 4-7-16
ＴＥＬ：054-646-3919　ＦＡＸ：054-643-2000
E-mail：jimukyoku@fujieda-south-rotary.jp

2019-20 年度
会長・渡邊芳隆　副会長・松浦正秋　幹事・森竹正晃　副幹事・鈴木健夫

例　会　第１３３２回：　通常例会/小杉苑

ソング　我等の生業、太陽がくれた季節　：ソングリーダー　鈴木照竟君

■ 会 長 挨 拶　　渡邊芳隆君

皆様、今日は、一週間のご無沙汰でした。いかがお過ごしでしょうか。

認知症は「早期発見」すれば治る？これは正しいかな？

認知症もガンなどと同様に「早期発見・早期治療が大切」とよく言われますが、実は科学的なエビデンスは一切ありません。認知症の治療薬は数種類出ていますが、その効果は「認知症の重症度が中程度～高度の人たちで、認知機能が少しだけ改善した」という程度。

それも長期の追跡調査が行われておらず、「効く」とは言い切れません。

　高齢者はいたわるべきであるのかな？

認知症につながる「寝たきり」の引き金が、転倒・骨折であると聞けば、本人も周囲も「おとなしくしていたほうがいい」と思うかもしれません。しかし、転倒・骨折のいちばんの原因は、骨密度の減少と筋力の低下などです。日頃十分な栄養を摂り、日常的な動作に加え、務めて歩くことだけで、必要な筋肉は維持できます。高齢者への過度ないたわりは禁物です。

■ 幹 事 報 告　　森竹正晃君

回覧及び報告はございません

■ 出 席 報 告　　望月誠 君

本日のホームクラブ出席者	前回の補正出席者
38／51　74.5%	45／51　88.23%

（1）欠席者（事前連絡とメークアップをどうぞ）

○阿井君○池ヶ谷君○江﨑君○佐野裕君○竹田君
○植田君○佐野博君○中村君○中山君
○村松章隆君　内山君　川口君　鈴木寿君

（2）メークアップ者

数野晴紀君（藤枝）桑原茂君（セミナー）
鈴木寿幸君（焼津南）竹田敏和君（焼津南）

■ スマイルＢＯＸ　　望月誠君

・誕生日プレゼントありがとうございました。
伊藤彰彦君

スマイル累計額　　７１，０００円

■ 会 員 卓 話

桑原茂君

皆さん、こんにちは・・毎日暑い日が続きますが、そんな中、8 月はロータリークラブでは、会員増強・新クラブ結成推進月間ということで第２６２０地区では毎年この時期に会員増強・維持セミナーとなるものが開催されます。私は、今年藤枝南クラブで会員増強・維持委員会に所属しております。本来であれば古川委員長がこのセミナーに出席の予定ではあったのですが、彼も忙しく別の団体の主要な役持ちと重なってしまったと言うことで私が代わりに参加させていただきました。
本来であれば渡邊芳隆会長がご参加されると思われますが、会長も所用が重なり、私と森竹幹事で参加させていただきました。
会場である浜松グランドホテル２Ｆ鶴の間に向かいます。我々は昨年度から第４グループに所属が変わったためその第４グループの場所に着席します。今までは他のクラブに知り合いが全くいなかったわけではありませんが、今回江崎年度で幹事を務めさせていただいたときの当時の会長や幹事もこのセミナーに参加してあり久しぶりの対面にご挨拶をさせていただきました・・２年前に役をいただいた経験がこうした地区のイベントに参加したときに当時の旧友に再会できる喜びを与えてくれたのかなって少し嬉しかったです・・藤枝南クラブという本当に楽しい居心地の良い殻の中に閉じこもっていても何の不憫もありません・・でも少しその殻を破ってこうして地区のセミナー等に参加して他のクラブの方たちと触れ合うのもいいのかなと感じました・・
今年度は安間ガバナー・・女性のガバナーです・・ご存知だと思いますが、２６２０地区の始めての女性ガバナーだそうです・・やはり女性だと優しい感じになりますね・・・その安間ガバナーの話の中で現在女性会員の比率が全世界だと２２％・・２６２０地区だと約７％だそうです・・いずれは女性の比率を３０％にしたいそうです・・まあ、我々藤枝南ロータリークラブには全く関係ない話ですが・・
あと、若い世代やすでにリタイアしたシニアの方の勧誘なども積極的にすすめていきたいとのことでした・・・これもまた、全く我が藤枝南ロータリークラブには関係ない話ですが・・・
あと、安間ガバナーの話の中で、やはり全国の多くのロータリークラブが会員増強に苦労をされているとのことでした・・まあ、これもまた、全く我が藤枝南ロータリークラブには関係ない話ですが・・ちなみに２６２０地区は現在２９３６名の会員数だそうですがこれは今までで一番の最少数だそうです・・
そんな中、衛星クラブという言葉がでてきました・・初めて耳にする言葉でしたので少し調べてみました・・
『衛星クラブとはなんですか？』の問いに、衛星クラブとはロータリークラブ設立のための手段の一つです。衛星クラブは本格的な独立したロータリークラブになるための短期間の移行的形態です・・これにより正規のロータリークラブ設立に必要な最低２０名の創立会員がいなくても、衛星クラブを通じてロータリアンとなる機会が与えられます・・また例会を欠席したロータリアンは、衛星クラブの例会でメイキャップをすることができます・・と書かれておりました・・
あくまでも新規のロータリークラブを設立するための衛星クラブであると聞こえますが、その先を読んでいくと会員数が２０名を割ってしまうロータリークラブが一度衛星クラブに変わり、またその後、２０名確保できたら正規のロータリークラブに戻れるようなニュアンスのことも書かれていました・・・
今のロータリークラブの現状が少し垣間見れるのがこの衛星クラブという組織の存在ではないでしょうか・・
そして、この後、それぞれのグループに分かれて分科会が行われました。我々第４グループは、焼津、磐田、島田、藤枝、掛川、焼津南、榛南、袋井、藤枝南、掛川グリーンの１０クラブです・・第４グループのガバナー補佐の進行で、５つの質問事項に対してそれぞれのクラブが発表していく形式でした。
質問事項は・・
①クラブ戦略・・クラブの戦略計画を立てていますか？
②クラブを知る・・各クラブの平均年齢や年齢分布、女性比率等・・
③クラブの活性化・・例会プログラムを魅力的なものにする工夫はありますか？
④会員増強・・会員増強に対するユニークな取り組みや成功事例はありますか？
⑤会員維持・・新会員のサポートはどのように行っていますか？
以上の５項目への返答をそれぞれのクラブの会長が発表していきました・・
我々藤枝南クラブはこの５項目に対して森竹幹

事が返答されていきました・・
やはり各クラブで答えが違います・・年齢や構成、取り組み、等の内容を聞いているとそれぞれのクラブの中が少し見えてきます・・１０クラブのうちいいんじゃない・・と思えたクラブは藤枝南クラブを抜かすと・・２つ、３つ・・一昨年地区幹事をやられた焼津クラブさんは数名の９０歳くらいの超大きな大先輩がご勇退されあと、しっかり会員拡大をされており、一昨年の大イベント後も元気な組織を継続されているなと感じました・・・
そして我々藤枝南ロータリークラブですが、森竹幹事が毅然とした口調で他の９クラブの会長、会員増強委員長の前で我がクラブの発表を行いましたでも結局他のクラブに我がクラブの自慢をさせてもらったようなものでした・・
まずは今年度の取り組み・・ここ数年、毎年、時の会長がテーマを決めそれに沿って一年間が運営されていくこと・・今年はそれが『健康』であるということ・・また、他のクラブは個人の負担を減らすために内部卓話を減らしているとの声が聞こえましたが、我がクラブは、仲間の発信の場でもある内部卓話を減らすことはせず、逆に、会員同士のコミュニケーションの場、交流の機会と考えていますよ・・と伝えました・・
そして、毎週の例会の最後に次週の卓話のアナウンスをすることで、次週の出席率向上にも努めていること・・
そして、さらに幹事自身が進行をきびきびとしたものにできるように時間厳守を常に意識しながら運営していること・・
そして何よりは・・会員増強に対する藤枝南ロータリークラブの考え方・・・しっかりと伝えさせてもらいました・・
会員増強に関しては、我々藤枝南ロータリークラブでは、ここ数年順調に推移しております・・今現在、我々は逆にクラブ自身にプライド、誇りを持ち、藤枝南ロータリークラブのブランド、ステータスを作り上げていこうと務めております・・・
それは、クラブ内の仲間作りであり、強い絆、結束力であります・・
その基本は初代会長から続く『エンジョイ、ロータリー』の継続であります・・
この組織力が会員増強、会員維持に威力を発揮していくと信じております・・
だから我々は、決して頭を下げて入会をお願いすることはありません・・
クラブに是非とも入会させてくださいと言ってくれる仲間をこれからも募っていこうと思います・・それには素晴らしい魅力あるクラブを継続維持していくことが一番大切なことだと思います・・と・・
他の９クラブをはじめ、ガバナー補佐がどう感じたかは皆様が察するとおりです・・
以上が先日行われたセミナーの内容になります・・
このような機会をいただき久しぶりに我がクラブのことを振り返るというか、考えたというか・・私も入会して１０年になりますが、今思えばこの藤枝南ロータリークラブに入会させていただき本当にラッキーだったなと思います。
他のクラブの今の現状を察するに実にこの藤枝南クラブはバランスが良い、強い・・
今までもそして、これからもずっと大切にしていかねばならないものが何かをしっかりと学べる場所・・であります・・
ぞれぞれの会員（それはそれぞれの経営者）・・会社のトップ・・それが先輩から叱られながらまだまだ人生を学べる場所・・でもあります・・
孤独な経営者が、本当の心許せる同士と感じ、最高の笑顔で一緒に笑える場所があるということ・・互いが刺激をもらい、一緒に研鑽できること・・・それは大きな先輩もいれば、お世話になってばかりな先輩がいて、ライバルな同級生がいて、かわいい後輩がいて・・だからこの藤枝南クラブは面白い・・楽しいのだと思います・・
いつか私も大きな先輩になれるようにこれからもまだまだたくさん勉強させてもらいたくさん成長させていただくつもりです・・
今回は貴重な経験というか、こうしたことをあらためて考える機会をいただけたことに感謝いたします・・
ありがとうございました・・

伊藤恒夫君

私は、かれこれ 30 年間、朝、夕、ウォーキングをしております。朝は 35 分程、夕方は 45 分程、歩いてきます。ウォーキングは生活の一部になっておりますので、歩く事は全く苦になりません。ウォーキングは一日、8000 歩程度、内 20 分は、早歩き、そして、夕方、歩くのが一番、効果があるようです。
私は、さまざまなサプリメントを飲んでいます。一度に大量のサプリメントを飲んでおりますので、どのサプリメントが効果があるのか、さっぱりわかりません
ヘルニアを患ってから、この秋で 3 年目になります。完治はしておりませんが、日常生活に支障はありませんので、これでよしとしております。腰痛の原因には、腰まわりの筋肉の硬さと、血流の悪さが考えれます。そこで毎月、4 回程、西焼津の笑福の湯に通っております。健康は、日々の積みかさねが大切です。無理をせず、ゆったりとした気持ちで歳をかさねていきたいと思っています。

■ 今週の一言　　森竹正晃 君

マイ　ワイフという事ですが
山梨から出てきて 4 年ほど、経ちます
南部町と藤枝市では、全くというほど交通量が違いますがようやく道路の道筋が解る様になって来ました
最近、藤枝駅が解る様になりました。
それと共に、食う・　寝る・　遊ぶという行動範囲が広がりブクブクと、さらに太り、今では、マツコを思い出させる様になりました
セロテープを、体のどこかに貼り、思いっきりはがすと、痛いとさけぶ前に、風船が、ハレツする様に痩せる気がしております
ありがとうございます。

例会プログラム

例会日	クラブ行事	摘要
8/16(金)	休会	
8/23(金) 第 1333 回	会員卓話	小杉苑
8/30(金) 第 1334 回	納涼夜間例会	小杉苑
9/6(金) 第 1335 回	会員卓話	理事会

（担当／数野君）