




世界に希望を生み出そう  
2023-24 年度 RI テーマ  
CREATE HOPE  
in the WORLD  
国際ロータリー会長  
ゴードン R. マッキナリー

# 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  
T E L：054-641-3321

事務局：藤枝商工会議所内  
T E L：054-646-3919 F A X：054-643-2000  
E-mail：jimukyoku@fujieda-south-rotary.jp

2023-24 年度  
会長：渡邊博文 副会長：漆畑雄一郎 幹事：富澤賢一 副幹事：中山恵喜

**例 会 第 1 5 1 9 回 通常例会/小杉苑**

**ソング：君が代、奉仕の理想 ソングリーダー：佐野博己君**

**■ 会長挨拶**

渡邊博文君



皆様、こんにちは。早くも、9月1日となりました。今年度、7月から始まり、2か月を終了しました。9月1日付で、女性会員が入会されました。藤枝市で弁護士事務所を開業されている、増田陽子さんです。15日から例会に出席されます。入会式は22日に行う予定です。皆さん、初の女性会員です。よろしくお願いいたします。

8月は、ロータリーでは、会員増強月間でした。会員増強委員長の古川君は、地区の会員増強委員会にも出向していて、島田 RC の例会にも出席されていました。2620 地区の会員増強委員長は、伊東西 RC の方です。伊東西 RC といえば 2025-26 年度のガバナーを輩出するクラブです。当クラブのこれからの未来が垣間見えますね。

9月は基本的教育と識字率向上月間 ロータリーの友月間です。今の時代に識字率向上といってもピンときませんが、発展途上国や貧困から女性差別などからの要因ではないかと考えます。研修・教育と関連して、今月は、外部卓話で自衛隊から講師をお招きいたします。楽しみにしてください。

当クラブでは、通常は、8月のお盆明けに納涼例会でしたが、今年度は、お盆明けに、ガバナー公式訪問があり翌週は、第四グループの会長幹事会が開催されましたので、9月にお月見例会を開催します。皆様、楽しみにしてください。

第四グループの会長幹事会では、合同事業に関するの事柄、各クラブの近況報告がありました。10月に地区大会が開催されるということは、前半戦で地区・各クラブとも活動が盛況に行われるということです。そして、新会員増強では、当クラブが拡大に関しては、リードしています。9月で3名の拡大ですと報告しましたら、会場がどよめきました。各クラブ、会員拡大では苦勞されているようでした。職業分類を意識した拡大に努めて参りたいと思います。それが、クラブの活性化とポテンシャルの向上に繋がると思います。

また、当クラブは、後半に会員旅行がありますが、すでにもう行ったクラブや近々に行うクラブ、複数回行うクラブなど多いようでした。今日は伊藤彰彦さんと、稲葉俊英さんの会員卓話です。楽しみですね。よろしくお願いいたします。

**■ 出席報告**

鈴木照寛君

本日のホームクラブ 出席者	前回の補正出席者
41/50 82.0%	42/49 85.71%

(1)欠席者 (事前連絡とメイクアップをどうぞ)

- 阿井君 ○植田君 ○笠原君 ○川口君 ○桑原君
- 杉浦君 ○富澤静君 ○中村君 ○増田君

(1)メイクアップ者

中山恵喜君 (静岡東) 山田幸保君 (藤枝)

食事準備数	食事提供数	残	累計残
43	43	0	3

パーフェクト例会数：😊😊😊😊😊

欠席連絡は、当日朝10時前までにお願いします

## ■ スマイルBOX 鈴木照竟君

- ・結婚記念日と誕生日プレゼントありがとうございます。51歳になりました。小嶋英公君  
・プレゼントありがとうございます。  
小池吉徳君
- ・結婚記念のプレゼントありがとうございます  
なんとか5年目！先が長いです。佐野博己君
- ・妻の誕生日プレゼントありがとうございます  
今日はプレゼントでご機嫌をとりたいと思います。  
数野晴紀君
- ・妻のプレゼントありがとうございます。本日  
9月1日が誕生日です。心を込めて渡したいと  
思います。  
中山恵喜君
- ・結婚記念日のプレゼントをありがとうございます。  
すきま風がふきつつ43年がたちました  
渡邊芳隆君
- ・誕生日プレゼントありがとうございます。  
小林正敏君
- ・ありがとうございます。  
内藤浩光君

スマイル累計額 141,000円

## ■ 会員卓話



伊藤彰彦君  
数野委員長  
より卓話を依頼され今年の  
テーマを聞いたとき正直話  
すことないと思いました。  
65歳過ぎれば

高齢者の仲間入りですから、今更新たにやりたい事を探せと言われても、思いつくのは①断捨離と②終活ぐらいしか浮かばず、これで15分も時間を使えないと悩みました。しかし、ここ数

年コロナで行動制限を受ける中、新たに始めたことはあります。まず、自分の年をいかにごまかせるか、無駄な抵抗を試みています。一般的にはアンチエイジングという行動の中で、脳の若返りを目指し、精神科のお医者さんと和田秀樹先生という方が多くの書籍を出しており、私もこの先生の著書「50代からはじめる老けない人の「脳の習慣」」という本を読みました。先月阿井さんも言われていましたが、子供たちに迷惑をかけないために健康でボケることなく長生きすることと言われていましたが、まさに私もその境地で先生の著書の中で自分にできることを選び出して挑戦することにしました。

具体的にはまず身なりから気を使うことから始めようと考えました。そのためにはビールでだらしなくなった体系を少しでも見栄えよくし、洋服が綺麗に着れることを目指し、3年ほど前から朝の散歩をやめて24時間ジムに通い、筋トレを始めました。当然効果を高めるために食事制限も同時に行うことで、5キロほど体重を落とすことに成功し、休日はもっぱらTシャツにジーパンというファッションが定着しました。洋服も買いに行くと、デパートの店員さんから「スタイルいいですね」と言われて一人ニヤニヤと喜んでいます。これで気をよくして肌の張りとしわ、ほうれい線を気にするようになり、肌の保湿と口元などの筋肉のリフトアップも意識するようになりました。さらに和田教授の脳の若返りの秘訣として、「自分のやりたいことやる」ということが挙げられていたので、何をしようか迷いました。もともと神社仏閣を見て回ることは好きでしたが、あまり仏像そのものには興味がなかったところ、昨年1月に静岡新聞社から出版された大塚幹也さんの「静岡県で愉しむ仏像巡り」という書籍を買ったところ、その著者である大塚先生がSBS学園でこの書籍にある仏像の見方や県内の有名な仏像を紹介してくれる講座が開かれましたので、全6回にわたり、これに参加してきました。おかげさまで仏像の大きな区分けである「如来」「菩薩」「明王」「天部」の違いが判ったり、平安時代と鎌倉時代で仏師が作る仏像の違いがあったことなど学ぶことができました。さらに昨年3月小学館から「古寺にいこう」という本が定期的に刊行され、最終的には40巻になるため江崎さんにお申し定期購読することになりました。法隆寺から始まり毎号数か所の有名な古寺が紹介されています。そこでわたしのこれからやりたいこととしては、こ

の本に取り上げられた主に奈良や京都の古寺を回って、御朱印をもらうことと、本尊だけでなく本で取り上げられた美術品としての仏像の数々を実際の目で確かめてみたいと思っています。



### 稲葉俊英君

これから新たに始めたいこと  
今回もまたサッカーの話をしていただきます。Jリー

グの試合にしても、高校の試合にしてもほとんどが土・日曜日・祝日に行われます。寺の仕事も葬儀以外は週末がほとんどです。ですからサッカーの試合の観戦はテレビによるものでした。スカパーからDAZNでの観戦でした。今まではジュビロが主でしたが、ここ数年は同じ割合でMYFCもです。たまに河井のいる岡山、エスパはダイジェスト程度です。今年に入ってMYFCのホームの試合をグラウンドで見ようと思い立ち、都合がつけば出掛けることにしました。一人ではさみしいので連れ合いと出掛けています。うれしいことに小1の孫がサッカーに嵌りまして付き合ってくれます。

テレビですと選手の入場から試合だけですが、実際に会場に行くと試合前後の楽しみがあります。これがなかなか楽しいですね。飲み物・食べ物・様々なイベントがあります。また対戦相手の応援はそれぞれで面白いですね。さすがにJ1に居たようなチームの応援は洗練されていると感じます。

ジュビロとのホーム戦は総合グラウンド満員でした。そこでアウエーのヤマハにも出かけてみました。さすがに1万人越えのスタジアムは圧巻でした。

そこで新しくもないですが、今後始めたいこととしてアウエーの試合に出掛けようと思っています。がJ2のチームを見ると東北、北陸、関東、県内が2チームと岡山以西で四国、九州と大都会からは少し外れたところばかりでした。ちなみにJ1のチームは多数が大都市圏にありました。その中で週末の試合にさてどうして行こうか、と思案し始めています。

来年の予定が出たら寺の予定と合わせて何試合

かアウエーの試合の応援にいきたいと思っています。MYFCが頑張っって早くJ1にあがってくれたらとも思っています。以上です。

## 例会プログラム

例会日	クラブ行事	摘要
9/8(金) 第1520回	お月見夜間例会	小杉苑
9/15(金) 第1521回	外部卓話	小杉苑
9/22(金) 第1522回	会員卓話	小杉苑
9/29(金) 第1523回	早朝例会	

### 今週の一言

望月誠君



現在継続していることではありますが、週末には妻とどこかに出かけることであります。これは2、3年前にふと、

あと何年間、元気で妻と一緒にいれるのかなと思ったからであります。

おととしの春頃に、妻から城巡りをしたいとの提案がありました。これよりできる限り週末はほとんど妻と出かけるようにしました。

まずは小山城へ行き、県内の主な城の御城印MAPの案内帳をいただきました。早速、静岡県内の城巡りを始めました。数ヶ月で制覇をしました。

城の中で三島市にある山中城は石堀無い城であります。山中城は三島スカイウォークの近くにあります。後、掛川市にある高天神城、浜松市の天竜区にある高根城は印象に残りました。

また、城の近郊の観光地にも訪れました。例えば、浜松城を訪れた時には鰻を食べてから、ぬくもりの里を訪れました。これからは、全国の城巡りを考えております。

昨年12月18日には、愛知県の犬山市に宿を取り、犬山城を訪れる予定でしたが、12月16日に脳の動脈瘤破裂により、くも膜下出血に罹患をしてしまいました。直ちに入院をして緊急手術をし

ました。2 週間は余談を許さない状況でありましたが、落ち着いたのもつかの間、今度は年が明け1 月 17 日には水頭症を合併をして再度手術をしました。藤枝市立総合病院に 2 ヶ月の入院後に、今度はリハビリのために1 ヶ月間リハビリテーション病院での転移となりました。4 月より少しずつ診療を再会しております。これからもお互い元気な内にまずは国内旅行。そして、私の体調が改善をしたら海外旅行に出かけて、妻と良い思い出を作りたいと思います。継続していることは、妻とどこかに出かけることでもあります。

**おめでとうございます！**



(担当/森竹君)