




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
TEL：054-641-3321

事務局：藤枝商工会議所内
TEL：054-646-3919 FAX：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 1538 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



昨日は、20℃を超える気温で温かくなりましたが、今日は一転して寒い日となりました。寒暖の差が激しく、体調管理に気を付けましょう。

明日は、節分の日となります。節分といえば、成田山、豆まきを連想される方が多いと思います。近くに、成田山がありますので、幼いころから遊び場となっていました。初めて、節分に豆まきをしたのが、高校生の時と記憶しています。野球部でしたので、チームでユニフォームを着て、豆をまきながら、サインボールを投げたことを記憶しています。皆さんは成田山で豆まきをしたことがありますか？上から豆まきをしますので、池の鯉に餌をまくように人々が群れますので、とても楽しく、面白いです。体験してみても、いかがでしょうか。豆まきの前に、護摩のご祈祷があります。皆様の願いを書いた真木をたきながら、太鼓が鳴り響き、住職が唱えます。体中に太鼓が響き渡り、体の中のある悪い物がすべて吐き出され、炎と共に煩惱のすべてが燃えてなくなり、きれいになったような気分になり、気分良くなります。

また、成田山の行事に火渡りがあります。たくさんのお木を積み上げ一気にやし、すさまじい火

柱が上がります。その後に火は収まり、炭に近い状態になると平らにならして、まだ、炭の火が赤くなっているところを、素足で渡り、無病息災を祈念します。私は、火渡りしますが、足の裏にはやけどをします。大変な行事です。

成田山のご住職とは、幼馴染で小学生まで一緒に遊んでいました。中学に入るときに成田山新勝寺に修行に入りました。今、ご息も同じように中学から成田山新勝寺に入ったようです。親御さんは、寂しいでしょうが、今後が楽しみです。

能登半島地震募金を今後クラブ内で行います。こちらの募金箱が、じゃらじゃらならないカサカサ音のするような募金をお願いいたします。皆様におかれては様々な方面から、募金の依頼があるかと思いますが、今月一杯例会時にて募金箱をご用意させていただきますので温かい気持ちをお願いいたします。3 月に 2620 地区の方に送金させていただきます。

■ 出席報告

小嶋英公君

本日のホームクラブ出席者	前回の補正出席者
43/51 84.31%	44/51 86.27%

(1)欠席者 (事前連絡とメイクアップをどうぞ)

- 漆畑君 ○川口君 ○桑原君 ○鈴木照君 ○樽井君
- 中村君 ○増田君 ○山田幸君

(1)メイクアップ者

食事準備数	食事提供数	残	累計残
45	45	0	7

ということで、これから始めること、行いたいことですが、できるだけ旅行をしたいと思っています。昨年末には、2泊3日で、関西旅行をいたしました。

学生時代とその後、青春のほとんどを奈良県で過ごしましたので、関西は大好きで、東京にはまったく興味ありませんが、京都・大阪・神戸の三大都市には、強い憧れがあり、こちらへ行きますと、血がたぎる思いがいたします。また、大和は20年間住んでおりましたので、第二のふるさとと思っています。

昨年訪れたのは、京都南部、奈良県との境にある南山城の地で、岩船寺、石仏の道を通って、浄瑠璃寺の拝観という、かなり渋い選択をいたしました。

夜には、飛鳥時代から食べられている奈良の郷土料理「飛鳥鍋」で楽しみました。甥っ子が奈良・桜井の病院で働いておりますので、甥を呼んで、一緒に食事をしました、これは牛乳を使った鍋で、たいへん珍しい食べ物でもあります。

牛乳を使った鍋というと、違和感を感じる方もいらっしゃるかもしれませんが、古代の日本、都のあった大和では、乳製品を食していたようです。

醍醐味という言葉があり、醍醐とは、もっとも美味な味という意味から、深い味わいとか、稲葉さんを前にして、釈迦に説法になります。仏教でも、非常に神聖な言葉に使われたり、醍醐天皇、後醍醐天皇という天皇陛下の贈り名にも使われる言葉ですが、醍醐とは、元は牛乳の加工品をいいます。

製法が失われておりますので、現在の乳製品に例えると、どのようなものか今日ではわかりませんが、甘みもあったとも言われておりますので、スキนมルクのようなものだったのかもしれませんが。

また似たものに、「よみがえる」という字を用いて、「蘇」という乳製品もあり、これはチーズのようなものではなかったのか、とも言われております。

話を戻しますが、翌日は、大河ドラマ「光る君へ」の舞台、紫式部が源氏物語を執筆したとされる石山寺へ行ってきました。たいへん見応えのあるお寺です。

その後は、杉山さんも昨年訪れたと聞いております京都鉄道博物館へ行ってきました。ここは2度目の訪れになりますが、現在では駅もでき、非常にアクセスが楽になりました。

先にも申したとおり、鉄っちゃんですので、かつて東海道を疾走した戦前の超特急「燕」を牽引したC62の製造番号2番のSL、昭和30年代、東海道本線の花形だったビジネス特急こだまのリアルな模型、日本海を旅した夢の寝台列車トワイライトエクスプレスなど、興奮する列車のオンパレード。銀河鉄道999の特別展示も行われており、とても楽しいひとときを過ごしました。

先にも申しましたが、私は京都大好き人間ではありますが、インバウンドの復活で、京都の名所旧跡は、どこも、とんでもない人の波で埋まっているところから、選んだのが鉄道博物館でした。

また、ホテル料金も高騰しているの、以前は必ずJR京都駅前の都ホテルに泊まっておりましたが、ちょっと避けまして、泊まりは奈良市のJR奈良駅近くのホテルを宿にし、訪れたところは、となりの奈良県と滋賀県を選びました。

さて、滋賀ですが、石山寺、近くの三井寺、ちょっと離れた近江八幡の古い街並み、彦根城や長浜の見事なお祭り用の山車など、見どころ満載で、近江は関西旅行の超穴場と思っています。

琵琶湖の鮎やワカサギを煮た甘露煮は、とても上品な味わいですし、日野菜に代表される近江の漬物は京都の漬物にも決してひけをとりません、とてもお薦めです。

なお、大和ですが、奈良市内の東大寺、興福寺、春日大社、奈良公園は、奈良観光の中心ですが、橿原神宮や、橿原市今井町の古い日本家屋が連なるたたずまいや、桜井市にある酒の神様として知られ、もっとも古い神社とされる大神神社、牡丹の名所・長谷寺、女人高野の室生寺など、花のお寺も盛りの季節には、まことにお見事と感じます。

渋いところでは、私が住んでいた天理市には、国宝の七支刀という七つの鞘を持つ太刀をご神体とする石上神宮、戦艦大和にゆかりのある大和神社などがあります。ちなみに戦艦大和の長さ256mは、この大和神社の鳥居から本殿までの長さ由来し、戦死者3721柱が国家鎮護の神として祀られています。

また、お土産などのお薦めとなりますと、和菓子です。特にお薦めは、くず餅で、関東のくず餅は、じゃがいもを原料としておりますが、大和のくず餅は、吉野本葛を原料とした正真正銘のくず餅で、非常に上品な味わいの和菓子です。

橿原神宮の近くが本店ですが、東大寺近くに店があり、食事もできる天極堂という店のくず餅が

大好きです。また、天極堂にほど近いところにある千壽庵吉宗という店のわらび餅もお薦め品です。

さて、旅行には旅費がかかりますが、以前は、JR東海の「ぷらっとこだま」を利用しておりました。グリーン車も、普通車指定席にちょっと上乗せする値段で乗ることができましたし、ホテル台もかなり割安なので、たいへん便利で超お買い得な旅行商品ですが、静岡駅にあったJR東海ツアーズの静岡支店が閉店となってしまう、申し込みはネット専門になってしまいました。リニア問題で敵対する静岡に対する嫌がらせなのかなと思っております。

そこで、現在は、昨年10月に妻が還暦を迎えたことから、ジパング倶楽部に入会しました。男性65歳以上、女60歳以上が条件で、本年4月に終了する夫婦会員に、ぎりぎりに入ることができました。

こちらは、新幹線ですと、のぞみや、JR東日本のグランクラスなどは適用外ですが、ひかり、こだま、在来線特急など、運賃・特急券・グリーン料金が2割引、回数を重ねると3割引という、かなりお買い得な旅行商品となっております。今後、活用して行きたいと思っております。

先週の「なんでも鑑定団」で、藤枝のドイツ料理店フロイデの主人が登場しました。ベンツの特殊車両ウニモグ401の鑑定額、本人評価額は500万円でしたが、出た金額は倍の1千万円、審査員からは、「あること自体が奇跡」とまで言われました。

3月1日、私の誕生日ですが、クラシック音楽ファンでもあり、ドイツ大好き人間としては、ぜひ、このフロイデで妻とともに、大好きなドイツビールとワイン、ドイツ料理の夕食をとりたいと思っております。

3月1日は、これまで、ほとんど本議会と重なっており、誕生日を楽しめませんでした。今年は、藤枝市議会と台南市議会との友好協定締結の関係で、3月1日は、本会議の予定がずれたため、充分に楽しみたいと思っております。



森下傑君

皆さんこんにちは。新年入って気合を入れて坊主にしたら色々な人に悪い事したか？樽井さんに憧れてしたか？と言われました。結論、悪い事はもうしていません、樽井さんには憧れていますけどきっかけではありません。去年、気合を入れて仕事なり色々挑戦したんですけど、全て上手くいきませんでした。しっかり結果を出せなかったどうしようもない男なんで従業員に申し訳ないと思ひ謝罪、心機一転で気合を入れて坊主にしたのが本当のところ。後、ロータリークラブに入って1年ちょっと経ちました。例会 夜間例会 旅行など行かせてもらい大分皆さんと距離は近くなれたかなと思います。ありがとうございます感謝です。本題のテーマの「これから始めたい事」と言われて直ぐに思いついたのは会社を大きくしたいと思いました。会社を大きくしたい理由は今いる従業員達を守りたいからです。守るとかっこいい事を言っても結果＝お金を持たないと本当の意味で守れないと思います。しかし、個人事業6年法人1年 やってて思うのが経営は本当に難しいと思いました。4年間ぐらいまでは1人でやっていて1年目は前回も言った通り前職を嫁さんにも言わず 計画もせず勝手に辞めてしまい当然次に繋がる元請けさん、仕事もありませんでした。なので、毎日飛び込み営業 本業以外の仕事も取り元請けになり他の業者さん達に仕事を振って何とかやりました。その時に他の業者さんの単価が分からず値下げ交渉もしなかったのので結果売上は出ているのに利益が少なく上手くいきませんでした。2年目は応援(人工)で仕事をすれば利益が出ると思い、実行しました。しかし稼働時間のばらつき、利益率は高いですけど大した売り上げになりませんでした。3年目は元請けさんから公共の仕事もらい1次請けで入らせてもらいました。見積り書類現場全てを自分1人でこなしやっとなり売上と利益のバランスが良くなったんですけど体がボロボロになりました。人間ピークが来ると目が開けづらく、体に湿疹が出てくるみたいです。4年目～5年は自分で出来る範囲の仕事だけ取り時間が空けば本

業の営業をやりました。これが一番バランスが良く上手くいきました。6年目のタイミングで同級生の人間が使って欲しいと言ってきて入れる事にしてよしやるぞと思ったらコロナにもろあたり半年仕事がまともに動けなく営業事態も出来ませんでした。長々仕事の流れを言ったんですけど本当に経営は難しい、でもその中からやり方を見つけて正しい頑張りをしないと、とても会社は大きくならないと思いました。失敗の毎日ですけどこの難しい問題をクリアして自分の周りを本当に守りたいです

例会プログラム

例会日	クラブ行事	摘要
2/9(金) 第 1539 回	外部卓話	小杉苑
2/16(金) 第 1540 回	会員卓話	小杉苑
3/1(金) 第 1541 回	IGM 報告	理事会
3/8(金)	休会	



今週の一言

鈴木寿幸君

こんにちは、鈴木寿幸です。

今週の一言のテーマは、「継続していること」です。

継続していることで、最初に頭に浮かんだのは、・・・

20代の中頃、太極拳を教室に通い、その時の先生から教えていただきました、「朝の目覚めの体操」を、無意識に40年ほど継続していることに気が付きました。

朝、目が覚めてベッドの中で寝ている体勢で、最初は口から10秒間で大きく息を吐きだし、両手を上下に伸ばしながら10秒で大きく鼻から息を吸い5秒止めて、口から10秒でゆっくり吐き出します。

2番目は、両手を左右に大きく伸ばして、同様に鼻から10秒吸って5秒止め、10秒で口から息を吐きます。

3番目は、左手のひじを右手で支えて右側にゆっくり10秒で息を吐きながら伸ばします。5秒止めて、10秒でゆっくりと戻します。左腕も同様に伸ばします。

4番目は、左ひざを両手で支えながら、息を吸いながら10秒で胸に抱え込みます

5秒間、息を止め、ゆっくり口から息をはきながら戻します。同様に右足も行います。

最後は同じ姿勢から左ひざを右手でゆっくり右側に倒していきます。左手は右側に伸ばし、上半身、顔も、左を向き体ねじります。その姿勢で5秒間体勢を保ちます。これも右ひざを左手で抱え左に倒し、同様にストレッチをします。

不思議に、二日酔いの朝でも、前日に普段使わない筋肉を使い筋肉痛の残った朝でもすっきりと目覚め、体が目覚めますので試してみてください。

私の継続していることは、「3分ストレッチ運動」です。

ご清聴ありがとうございました。

おめでとうございます！



(担当/森竹君)