

Rotary
District 2620

よいことの
ために
手をとりあおう

UNITE
FOR
GOOD

2025-26 年度 RI メッセージ
国際ロータリー会長
フランチェスコ・アレツツォ氏

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

2025-26 年度

会長：鈴木寿幸 副会長：桑原 茂 幹事：加藤智之 副幹事：杉浦 聡

例 会 第 1 6 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：鷺坂和也君

会 長 挨 拶

鈴木寿幸君



皆さんこんにちは、本日も藤枝南ロータリークラブの例会にご出席いただきありがとうございます。月が改まり、12 月となりました。12 月は「疾病予防と治療の月間」、です。12 月 1 日を最後に従来型の健康保険証の有効期間が終了し、期限が切れると、健康保険証は、原則として使えなくなる。と聞きましたので調べてみました。

マイナ保険証への移行の為に、昨年 12 月以降、紙やプラスチックカード型の健康保険証の新規発行がされなくなりました。国民健康保険や後期高齢者医療制度に加入する人の保険証は、すでに今年 7 月～8 月に期限切れを迎えました。

一方、会社員や公務員などの健康保険証には、通常、券面に有効期限の記載はなく、明確に決まった有効期限は基本的にありませんでした。しかし、これらの健康保険証もマイナ保険証への移行のため今年の 12 月 1 日をもって一律に有効期限を迎え、制度上は使えなくなります。ただ 11 月中旬には、厚生労働省から通達により、2026 年 3 月までは、暫定的に従来の健康保険証が利用できるようになりました。

もし、期限切れの健康保険証を持参して病院や

薬局を受診しても、医療費が 10 割負担になるわけではなく、保健医療であれば自己負担は 3 割で済みます。この措置はすべての加入者が対象で、国民健康保険や後期高齢者医療制度に加入している人も同様です。実質的には来年 3 月までは、これまでと変わらない取り扱いになるということです。では、暫定措置が終わる 2026 年 3 月以降は、基本的にはマイナ保険証。又は、「スマホのマイナ保険証」2025 年 9 月からは、スマートフォンにマイナ保険証を搭載できるようになりました。他には、「資格確認証」マイナンバーカードを持っていない人や、マイナンバーカードを持っているが、マイナ保険証の利用登録をしていない人には、従来の健康保険証の代わりとなる「資格確認証」を従来の健康保険証とほぼ同様に、病院や薬局で提示して使います。見た目も従来の健康保険証とほぼ同じですが、券面の色の違いや、有効期限の表示が異なります。「資格確認証」は、マイナンバーカードを取得していない人等には、無償で交付されます。対象者は、すでに、勤務先や各種自治体から「資格確認証」が送られているとのことでした。

本来、マイナ保険証は医療のデジタル化を推進し、マイナンバーカード保険証と電子処方箋により、お薬手帳は不要となり、薬の飲み合わせの確認が自動的に行われ、重複投与を避ける目的もあります。日本の地域医療が直面する課題に私たちロータリー会員が地域医療の現状を理解することで、「疾病予防と治療」への理解を深める活動を続けていければと思います。

最後に本日の例会が、ご出席の皆様の新たな発見や気づきの例会になることを願っております。本日もどうぞよろしくお願いいたします。

本日のホームクラブ 出席者	前回の補正出席者
39/48 81.25%	45/48 93.75%

(1)欠席者(事前連絡とメイクアップをどうぞ)
○稲葉君○植田君○川口君○中野君○中山君
○森下君○渡辺哲君 伊藤彰君 内藤君
(1)メイクアップ者
中山恵喜君(静岡西) 松浦正秋君(藤枝)
森竹正晃君(藤枝) 山田幸保君(静岡西)

食事準備数	食事提供数	残	累計残
44	41	3	11

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

杉山茂範君

- ・妻の誕生日プレゼントありがとうございます
妻は、会社を退職後「三線(さんしん)・型染め・ピラティス」と趣味の世界を広げており日帰り温泉100ヶ所、制覇の夢はもう少し先になりそうです。 鈴木寿幸君
- ・誕生日プレゼントありがとうございます
暦が一回りして生まれかわります。 鈴木照寛君
- ・誕生日プレゼントを有難うございました。
渡邊芳隆君
- ・今年も無事、誕生日、妻の誕生日、結婚記念日のお祝いをいただくことができました。
ありがとうございます。 杉山茂範君
- ・妻の誕生日プレゼントありがとうございます
今後とも宜しくお願い致します。 渡邊博文君
- ・結婚記念日のお祝いをいただきありがとうございます。
26回目の記念日になりますが、妻への感謝とともに渡したいと思います。 鷺坂和也君
- ・誕生日のお祝いありがとうございます。
一年あっという間に過ぎてしまいました。
これからもよろしくお願い致します。 山田壽久君

■ 会員卓話



鷺坂和也君

私は元々、広く浅く様々なものに手を出す性分なので、「趣味」と言えるほど役頭したものはありませんが、「人生

で一番長く続けてきたものこと」という視点で考えると、ソフトボールが趣味にあたるのではないかと思います。

ソフトボールとの出会いは小学校低学年の頃です。父親が創部メンバーの一人であった地元のチームがあり、毎週日曜日の朝に行われていた練習に参加させていただいたことがきっかけです。

その後は自分自身が野球を始めたこともあり、ソフトボールとの関わりは少なくなりましたが、大学を卒業して地元に戻り、就職したタイミングでチームに誘われ、正式に入部しました。

入部した時は、私を含め創部メンバーの息子世代がチームの中心となっており、幼馴染や中学時代の野球部の先輩後輩が多く、とても結束力が強いチームでした。焼津市のリーグに所属しており、当時は1部から5部くらいまであったと記憶しています。20代から30代前半の頃は最も強い時代で、トップリーグで常に優勝争いをしており、県大会にも何度か出場させていただきました。

その頃は本当に趣味として夢中になって楽しんでいたのですが、32歳の時に試合中に左ひざを負傷し、しばらく休まなければならなくなりました。ソフトボールは生涯スポーツとして、60歳代、70歳代のリーグがあるなど息が長いスポーツです。自分としてもできる限り長く続けたいと思っていましたので、このケガで、しかも30歳代前半で引退するという発想は全くありませんでした。何とか選手を続ける方法はないものかと考えた結果、未経験のキャッチャーにチャレンジすることを決意しました。ちょうどその頃、チームとしてもレギュラーキャッチャーの後継者を準備しなければならない状況にあっ

たので、タイミングとしても良かったのだと思います。

本職は外野手でしたので、キャッチャーの動きはまったくわからない状態でした。試合で守るためには、まず動きから覚えなければならぬということで、入門書や動画などで勉強し、何とか試合で守れるレベルになることができました。次に興味を持ったのが配球（リード）です。古田敦也さんや梨田昌孝さんなど、プロ野球で実績を残した「名捕手」と呼ばれる方たちが書いた本を読んで勉強しましたが、その中で一番じっくり来たのが南海ホークスで活躍した野村克也さんの配球理論でした。また野村さんは、弱小と言われていたチームを数年で日本一にまで導いた実績もあり、監督としても「名将」と評価されている方です。著書の中には組織論、リーダー論について書かれたもの数多くあります。ちょうどその頃、私自身も部下を持つ立場になり、チームマネジメントのスキルを身につけなければならない環境にあったこともあり、野村さんの組織論にも興味を持つようになりました。プロ野球の監督は、与えられた選手を動かして優勝に導くことが使命です。我々の業界もこれと似ており、自分が配属された店舗に所属しているメンバーを上手に動かしながら業績を上げることが支店長としてのミッションになります。こうした意味で、野村さんの組織論、リーダー論は、私にとって指針となるものでした。

野村さんは数々の「名言」を残されておりますが、その中でも私の教訓となっている言葉が「組織はリーダーの力量以上には伸びない」という言葉です。リーダーとして自分自身が成長を続け、それにふさわしい器にならないと、良いチームは作れないし、チームも強くないということです。

年齢を重ねるにつれ、新しいことにチャレンジしたり、勉強をしたりすることも難しくなってきましたが、自分が率先して自己啓発をすることで、部下に対する指導に説得力を持たせなければならないと常に考えて行動しています。

あと何年支店長という職務を務められるかわかりませんが、野村克也さんのこの言葉を胸に、リーダーとして、また一人の人間として、これからも成長を続けていきたいと思っています。



望月誠君

ファシリテーターについて

ファシリテーションとは、「3人寄れば文殊の知恵」という諺がありますが、これ

を実現をする4人目であります。1つのテーマがあり、これにより集まった3人が話し合いを通じて多様な意見を交換して、刺激を与え合うことを通じて、新たな学びを得て持てる力を発揮できるようにするのが4人目のファシリテーターの役目であります。

ファシリテーションは、会議やディスカッションの問題を分かりやすするためのプロセスであります。ディスカッションを行うチームが効果的に機能がして、高い質のアイデアが交換できるように、ディスカッションの内容を決定して、導き、監視をする中立的な立場であります。これには、参加者に対してポジティブなイメージを持たなければなりません。課題に対して参加者が感心を示すか、あるいは彼らが今までに学んだことを固守し維持しようとするかどうかは、参加者がファシリテーターの、能力、信頼性、情熱を理解するかどうかに関ります。また、行動を鼓舞し決意を奮い立たせ、受け身の態度の人やしらけた人を元気づけることができます。

ファシリテーターの役割

1, 聴くこと

ファシリテーターは、すべての参加者の発言に耳を傾け、積極的に聴く力を持っていないとなりません。

2、質問をすること

ファシリテーターは、巧みに質問ができなければなりません。リーダーは、巧みな質問をしながら導いていきます。すなわち参加者の関心を高め、発言を促すために、言葉遣いを換え、また言い回しを換えながら質問をすることが必要であります。

3、共有すること

ファシリテーターは、参加者が積極的に感想や意見を述べたいと思うような雰囲気を作り出す必要があります。

4、問題解決に努力をすること

問題が提起されたときに、ファシリテーターは否定的な面に焦点を当てるのではなく、グループ全体が解決策を見いだせる方向に話し合いを進め

てく必要があります。

5、意見の対立解消に努力すること

参加者の間で意見が分かれるのを抑えこむものではありません。むしろこれは予測されるべきことであり、建設的に対処をしていくのであります。

6、参加型の討論形式を採用すること

ファシリテーターは参加者全員が討論に参加できるように努力をしなければいけません。

7、他人に寛容である

ファシリテーターは常にオープンマインドで中立の立場を保たなければいけません。

8、共感すること

ファシリテーターは、参加者の意見を様々な視点からその問題点を見つけなければいけません。

9、導くこと

ファシリテーターは参加者の関心を集中させ、議論が本題からはずれないようにしなければいけません。

10、時間を管理する

ファシリテーター、すべての項目を均等に網羅しなければなりません。

ファシリテーターの基本

1、注意深く参加者の意見を聞くこと。良い聞き手としての模範を示すことが必要であります。参加者の意見を言い換えてみたり反復をするであります。

2、参加者をしっかり見つめ、グループや参加者の1人1人の信頼関係を保つことで必要であります。

3、参加者の経験や知識を信頼し、討論に集中をすることあります。

4、参加者を名前で呼ぶことあります。

5、注意深くその一瞬に集中をすることあります。

6、討論が終わりその討論の達成感を得るためには、情報を整理し、関連付けてまとめることあります。

7、提案されたすべての意見を尊重して保証をすること。参加者の意見が攻撃にさらされることがあってはいけません。

8、あくまでもファシリテーターであり、自分が俳優や芸人でないことを自覚をしなければいけません。あなたが参加者の話に興味深く聞くべきで、自分が関心を持たれる対象となるではありません。

9、参加者全員に発言を促し様々な意見を尊重し、その多様性を認めること。発言をしていない

人や、しなかった人を認識し、参加者全員が発言できるようにバランスのとれた議論参加を促すことであります。

10、ガイドの役である、グループのリーダーではないことを自覚することが必要であります。

あくまでもファシリテーターであることを忘れてはいけません。

11、セッションの討論結果をよく理解し、その結論に至るアプローチに柔軟な態度であることであります。

包括的研修を成功させるために

1、ゆっくり明瞭に話すこと

参加者全員に理解をさせるために、ゆっくり、はっきり話すことが必要です。文章の終わりに少し間を置くことで、聞く人によくききとれる時間や、何を言っているか理解する時間を与えることに心がけましょう。

2、口語的な言い回しは避ける。

話し言葉や慣用句の代わりに、客観的な描写や解説をしましょう。

3、否定的な言葉や質問は避ける。

まだ起こっていないことに対して、あなたの言っていることが正しいという意味で、参加者は肯定的な返答をするかもしれません。

4、言い直すこと。

自分の言ったことが参加者に伝わらなかった場合は、言い直しを変えて言い直します。

5、重要な情報は終わりに伝える。

重要な話を終わりに持ってくると、理解度が高まります。

6、具体例を示す。

理論的な概念や話を自分自身の具体的な境遇に関連づけることにより、因り理解しやすくなります。

7、話の腰を折ることは避ける

発言している人が話し終える前に、その人の話の腰を折ることや応答することは、大変失礼だと思われる可能性があると思われております。

8、すぐに応答しないこと

すぐさま応答するよりも、物静かに発言を熟考することが立派であるとみなされております。

9、冗談は言わない

セッションを始めるにあたって、緊張を和らげるために冗談から始めようとするかもしれません。しかし、ユーモアは文化風俗に因りかなり違っております。ユーモアにより侮辱されたと感じる事実をよく考えて、注意をしなければなりません。

ファシリテーターにおいて話をさせていただきましたが、10月12日に初めてのファシリテーターを務めさせていただきました。どうしたら私の担当をするセッションがスムーズに進行していくのかと、自分なりに考えてみました。セッションの内容を把握するのは当然であります、事前に紙に参加者の名前を記載して、質問の順番のチェックをして皆さん均等に話ができるようにしました。50分のセッションが終わったときには、初めてのファシリテーターでありましたので喉がカラカラでありました。RLIの原本はアメリカからのものであり、日本語に訳してあります。これよりセッションの項目において理解がしがたい内容があるようです。

話はかわりますが、私が、藤枝歯科医師会の理事をしていたときに、行政からの依頼を受けて市民講演会の講演をさせていただきました。題材が「歯周病と全身性疾患の関連について」の講演を日を分けて、2つの開場で講演をさせていただきました。講演時間は、約1時間30分でありました。講演は私が話をして、最後に聴講者からの質問を受けることで終わるのです。しかし、RLIでは、1セッションが50分ですが、各項目において私が参加者に質問をして私が受け答えをしていくのであります。これより参加者の返答をしっかりと聞いて、把握しないと受け答えができません。これはなかなか難しく感じています。気の抜けない50分であります。

趣味は、以前、いや以前と言っても20年前ですが、趣味イコール歯科診療でありました。これは自負しております。

歯科医師になり37年目に入りました。歯科医師に成り立ての頃は、早くいろんな技術を習得したいとの毎日で熱意がありました。これより専門月刊誌は、隅々まで読んでおりました。また、興味のある講演会は、申し込みをして、週末には主に東京、横浜に出かけて講演を聴講しておりました。遠いところは福岡まで行きました。講演を聞くことにより、少しでも明日の診療に、患者さんのために役に立ちたいとの熱意を持ち、講演会に出かけました。また、その当時に新しくできた学会や研究会があり、自分の診療に役立ちそうな学会、研究会は、すぐに入会をして積極的に参加をしました。学会、研究会に参加をして、開場の周りを見て、休日にもかかわらず多くの歯科医師が参加をしているのを目にすることにより、他の歯科医師に負けられないぞ、自分は今もっと勉強をしなければ

いけないぞと、目を輝かせたものです。この時期の睡眠時間は3から4時間ぐらいでした。これでも体が持っておりまして。我ながらよくやっていたなと思います。

また、学会、研究会の所属は、日本口腔インプラント学会、日本アンチエイジング歯科学会、日本歯科人間ドック学会、ドライマウス研究会、国際歯周内科研究会、日本歯科用レーザー学会、などに所属しております。また、習得やすい各学会、研究会の認定医は早めにとりました。今思えば診療後に自宅に戻り、認定医をとるためによく勉強をしたんだなと懐かしく思います。今ではとてもできません。

また、これら学会、研究会に出席をした後の、大学の同窓生との飲み会がとても楽しみでありました。まずは学生時代のこと、家族のことなど話をするのですが、どうしても話のメインは、歯科医療のことばかりになってしまいました。やはり、歯科医師何だなと感じました。友人との話を聞いてこんな診療方針があるんだ、このような患者さんのケースはどう対処をする？治療のケースによりこれは気をつけなければいけないなどのたくさんの情報を得ました。これにより自分自身にもまた友人にも利益のある楽しいひとときでありました。とても懐かしく思います。また、年に1度の大学の同窓生との東京での忘年会も楽しみでした。はじめは、部活動のOB会の集まりの忘年会でありました。ところが嬉しいことに友人が友人を誘い楽しい忘年会に膨れ上がりました。これに因り学生時代にあまり話したことの無い同窓生との交流も深めることができました。しかし、コロナ感染拡大後、さらに私の病気などが重なり、東京での忘年会が遠のいております。

そんな時に、久しぶりに大学の同窓生からの連絡がありました。私の病状を気遣っていただき、同窓生の現状報告を聞きました。そして最後に東京での再会をして飲み会を企画しようと話をしました。やはり大学の同窓生いいものですね。

今の楽しみは、娘が歯科医師になり母校の大学病院に勤務をしております。娘は、週末に帰省をしてきて、月曜日に歯科診療の手伝いをしてきております。日曜日は妻と娘とで近場に出かけ、食事をするのが楽しみであります。

ご清聴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
12/12(金) 第 1620 回	ガバナー補佐訪問	小杉苑
12/19(金) 第 1621 回	早朝例会	
12/26(金) 第 1622 回	夜間例会	小杉苑
1/9(金) 第 1623 回	新年賀詞交歓会	小杉苑

クラブ年次総会



桑原茂君

この度は今総会におきまして、わたくしを次年度藤枝南ロータリークラブの会長としてご承認いただき誠に

ありがとうございます。

来年はいよいよ若林ガバナ一年度になります。現在、鈴木会長がクラブの雰囲気在大いに盛り上げてくれておりますし、竹田地区幹事、渡邊実行委員長をはじめとする地区に関わるスタッフの皆様も縁の下で力持ちとなって今を支えています。来年度も引き続き盛り上げていきたいと思ひます。

また、来年度のスタートに向けての組織づくりも少しずつではありますが進めさせてもらっております。どうかご理解とご協力をいただければと思ひます。

最後になりますが、頼もしい限りの杉浦幹事と共に楽しくクラブ運営ができればと思ひます。

よろしくお願いいたします。



今週の一言

佐野芳正君



父を6年間自宅で介護をし、亡くなった後、続けて母の介護をして8年になります。母は、

ベッドから起こすと：ありがとう
車椅子に移して：ありがとう
車椅子を押して：ありがとう
トイレと洗面を手伝って：ありがとう
食卓に就いて：ありがとう
箸を揃えて：ありがとう
お茶を入れて：ありがとう
ご飯とおかずを揃えて：ありがとう
とそのたびに ありがとう と言ひます。

介護度5で、ひとりでは何もできませんが、ありがとう のたった一つの言葉で家族として暮らしていけるのです。時々、姥捨て山に連れて行こうと思ひますが、ありがとう の言葉を受け取り介護を続けて行こうと氣を取り直します。さて、地区活動に向けてクラブの役員は、一生懸命取り組み、またスキルも大変高いと感じています。ここでも ありがとう の言葉は役員相互の融和に役立つと思ひます。

企画書を作成してくれて：ありがとう

会議を設営してくれて：ありがとう

メールをいただいて：ありがとう

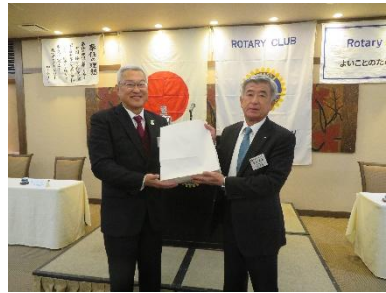
ありがとう の言葉をいただいた役員は、自分のやっていることが理解されたと感じ、次へのエネルギーを蓄えることができます。

会員 お互いに、ありがとう を続けていきましよう。

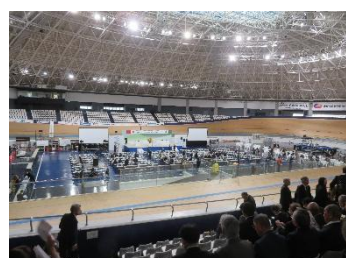
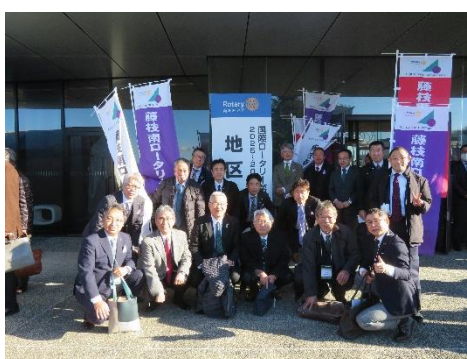
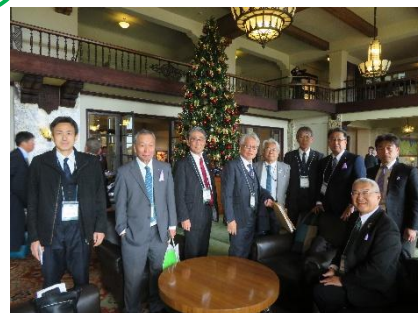
今週の一言、二言を聞いていただき、ありがとうございました。



おめでとうございます！



12/6・12/7 地区大会



(担当/秋谷貴也君)