



# 東京浅草中央ロータリークラブ 週報

〒111-8765 東京都台東区西浅草 3-17-1 浅草ビューホテル 2階  
TEL. 03-3847-1111 FAX. 03-3847-0154 URL: http://www.asachu-rc.jp

## 2010 - 2011 年度テーマ

R.I. テーマ 「地域を育み、大陸をつなぐ」

R.I. 会長 Ray Klingensmith

地区ガバナー 上野 操

クラブテーマ 「楽しいクラブ、ためになるクラブで 25 周年を祝おう」

クラブ会長 古谷 輝彦



## 本日の卓話

「十分スピーチ×三名」

カンボジア留学生  
紹介者 長島資生君

## 今後の卓話予定

3/16 「選抜高校野球の楽しみ方」 高等学校野球連盟理事 栗山雅史 様  
紹介者 海内君

3/23 「イニシエーションスピーチ」 新入会員 馬場洋介君  
紹介者 長沼君

2011年3月9日

第 1212 回地区大会

第 1213 回例会

会長 古谷 輝彦  
幹事 原田 毅

## 前回 (3/2 1211 回例会) の記録

### 来訪者紹介 (1211 回例会)

◆ゲスト 5名 米山奨学生 フィロズムハマド様・入会予定者 浜中 清様  
元会員 太田暁夫様・長島資生君の奥様 長島弘子様・卓話者 石川有香様  
◆ビジター 2名 東京中央RC 酒井学雄様・東京浅草RC 湧井壮吉様

### 出席報告 (1211 回例会)

総会員数	休会	出席免除	出席	欠席	出席率	修正出席率
44名	0名	3名	34名	7名	82.93%	1208 回例会修正 欠席 3名・出席率 92.68% 1209 回例会修正 欠席 6名・出席率 85.37%

## 会員増強は、クラブの若返りと明日への架け橋！

### 会長報告 < 斎藤会長代理 >

- ・本日は、古谷会長が海外出張のため、私が会長代理を務めさせていただきます。
- ・会長から、2月23日～24日に開催されました地区大会には、多くのメンバーが出席頂き、ありがとうございましたとの事です。

- ・2013～14年度ガバナーノミニーに選出された武蔵野分区田無RCの吉田建二さんがファーストスピーチをしましたが、大変親しみやすさを感じる挨拶でした。
- ・水野ガバナー年度の地区協議会は2012年2月22日「帝国ホテル」で1日開催との事です。

### 幹事報告 < 原田幹事 >

- ・3月のロータリーレートは 1ドル=84円です。
- ・インターアクト年次大会の報告書が届いています。

- ・4月27日の例会に中川北分区ガバナー補佐が訪問する事になりました。
- ・本日は第1例会日ですが、理事・役員会は来週の例会後に変更します。

## 委員会報告

### <親睦活動委員会>

- ・来る3月12日の職業奉仕委員会主催 洪澤榮一記念館見学懇親会の会場が決まりました。上野さんのご紹介で東京本郷ロータリークラブ会員の松下さんという方がオーナーのガラス家（ボーリージャ）という上海料理のお店です。場所は南北線東大前の駅近くです。当日、参加の方にはご案内図をお渡しいたします。午後4時開宴ですので

昼は軽めにお済ませいただいた方が良くも知れません。

- ・4月23日開催、「つくば宇宙センター、あみアウトレット、シャトーカミヤ バスツアー」にご参加の程よろしく願いいたします。

### <国際奉仕委員会>

- ・ニュージーランド地震の義援金のご協力を宜しくお願い致します。

## ニコニコボックス

### <藤掛>

- ・来週月曜より金曜まで中国杭州に出張しております。来週欠席いたしますのでよろしくお願い致します。

### <小林(博)>

- ・家内と娘が、地震の一週間前の15日頃、ニュージーランドのクライストチャーチにいました。

### <太田>

- ・たいへん御無沙汰しております。入会予定者の 株式会社ティービークリエイツの代表取締役 浜中清さんに同行してきました。どうぞよろしくおねがいたします。

### <古谷会長、原田幹事、松崎、潮田、柘、長堀、吉田、海内、斎藤、小林(雅)、上野、井田、本、尾泉>

- ・本健太郎君、斎藤彰悟君、本日の会員卓話、楽しみにしています。

### <本、大塚、片岡>

- ・お誕生日のお祝いをして戴き、有難うございました。

### <藤田、松崎、加藤、永井、関原、岩戸、松本、片岡>

- ・結婚記念日に花束を戴きまして誠に有難うございました。

**第1211回ニコニコ金額 48,000円**  
**今年度ニコニコ累計額 1,152,000円**

## 《健康知識》

### 「肩こり」

肩がこることはありませんか。肩こりは人間が二足歩行を始めたために背負った宿命とも言われています。頭と両腕を支えなければならないため、首や肩の筋肉に負担がかかるのだそうです。現代人は体を動かすことが少なく、デスクワークなど長時間同じ姿勢を続けることが多くなったのも肩こりの起りやすい一因になっています。仕事の合間に肩、腕、首を動かすと血行が良くなり、こりにくくなります。無理のない範囲でストレッチをしましょう。肩こりは温めることで緩和されることもあります。

眼精疲労も肩こりの原因になります。メガネやコンタクトレンズの度数はありますか。目が疲れそうだったら早めに休むようにしましょう。

食生活の乱れも肩こりに影響します。血行や代謝を促すビタミンE、ストレスや疲労回復に役立つビタミンB1、ビタミンC、筋肉の収縮・弛緩を助けるカリウム、乳酸を分解し疲れをとるクエン酸など、さまざまな栄養素が肩こり防止には必要です。バランスのよい食事はここでも大切なようです。

## 「国際奉仕について」



石川 有香 様

紹介者 長島資生 君

私はちょうど3年前の、第3回カンボジア日本語学校視察にご一緒させていただきました。

日本語学校があるシェムリアップはアンコールワットのお膝元カンボジア北西部に位置する町です。国際空港もあり、地方都市に比べれば観光で潤っている町でした。しかし、道はガタガタ。信号も町に1つしかありません。現地の小学校は少なく、多くの子供の足は裸足でした。学校に行けない子供もめずらしくなく、発展途上の貧しい国の顔がありました。「大変だな」というのが私の率直な感想でした。「義務教育だから。みんな行くから。」と進学する日本とは違い、学びたくても学べない。学びたいならば自ら望み、行動しなければならず、勉強を続けるには金銭的負担や家族の理解が重要で更なる努力が必要です。だからこそ、日本語学校で学ぶ人々の目はイキイキとしていました。

カンボジアの若者のひたむきな情熱に感心しつつ、私は元の生活に戻りました。帰国後、日本語学校のスピーチコンテストで優勝した学生が来日するとの話があり、私はお手伝いできればと思い東京の街を案内しました。それ以降、毎年シェムリアップの日本語学校の生徒がコンテストで優勝して来日するようになりました。

今回、中村さん、長島さんと奥様の3名にお願いしてカンボジアへご一緒させて頂くことになりました。現在のカンボジアは経済成長率10%を越すほどの勢いでシェムリアップに1つしかなかった信号は沢山でき、メインロードには沢山のホテルが立ち並び、「ここは青山かしら?」と思うほどの素敵なレストランができていました。極めつけはゴルフ場です。現在シェムリアップの町に4つのゴルフ場がありますが、まだまだ新設されそうな勢いです。自転車の人はバイクに。バイクの人は自動車に。自動車もキレイな日本の中古車が増えていました。

長島さんは、現在留学中の学生のそれぞれのご実家へお招きいただきました。まあまあ裕福なお宅とのことでしたが、家財道具などはなく夜は電気があるものの、豆電球ほどの明るさでカルチャーショックを受けました。ご家族は、長島さんの顔を見ただけで、我が息子を思い出しどこの家でも涙ぐみ一生懸命手を合わせて、息子を宜しく願いますと言っていました。

とても貧しいお宅にもお招きいただきました。写真ではキレイですが、家の足場が半分は汚い川の中に建っており、家族が肩を寄せ合って生活していました。

彼女達のお母さんは17歳で子供を産み、貧しく勉強することが出来なかったのも、自

分の子供には教育を与えてあげたいと何度も訴えていました。お母さんの髪は本当にボサボサ、服もボロボロでした。また、どこのお宅に伺っても同じだったことは、親戚が一緒に住んでおり両親や目上の人を非常に敬う姿勢が見られたことです。

建設中の日本語学校を初めて見た時には「何も3階建てでなくても」と感じましたが、ほぼ完成だというその校舎はレンガを積んだだけの質素な作りでした。教室の他に柔道の広間、鯉を飼う池など日本文化を感じることのできるスペースがあり、日本語をただの言語として学ぶだけでなく、日本文化も学べるような工夫がありました。

貧富の差は悲しいことかもしれませんが、本当に頑張った人が報われる社会は正しいと思います。朝から晩まで働いたり、勉強したり。小さくて細いカンボジアの人々からよくこんなパワーがあるな。と感心させられます。

戦後の日本と同じだと、メンバーの方に教えられました。日本は成長し、戦後に後戻りすることはありませんが、努力しなくても皆同じであれば資本主義社会ではありません。今こそ、政治に頼ることなく、国民1人1人がどこに価値をおきどんな国にしたいのかを考えるときだと思いました。

今回、私なりにカンボジアを訪問して感じたことをご報告させていただきました。

日頃より国際奉仕を理念に掲げ、活動なさっておられる会員の皆様に敬意を表しますと共に、今後ますますのご活躍を祈念申し上げます。今後ともご指導宜しくお願い申し上げます。

## 「ロータリーについて」



本 健太郎 君

紹介者 長島資生 君

### 「ロータリー会員となって」

- ①卓話が印象深く自分の成長の役にたっている。
- ②我がクラブは会員相互のまとまる力が強い。
- ③一業種一会員 会員卓話の推奨
- ④仕事・地域の環境について
  - ・かっぱ橋通りは人通りが増えている。
  - ・素人が多いので商売がやりづらい。
  - ・上手な買い方はまとめ買い。
  - ・ビジネスにおけるインターネットウェブの活用