



〒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

2013 - 2014 年度テーマ

R.I. テーマ 「ロータリーを实践し みんなに豊かな人生を」
R.I. 会長 ロン D・バートン
地区ガバナー 吉田 建二
クラブテーマ 「参加し行動しよう」
クラブ会長 藤掛 靖元

本日の卓話

「キッコーマンの家訓に学ぶ」

特定非営利活動法人 ファミリー・ビジネス・ネットワークジャパン 理事長 高梨一郎 様

今後の卓話予定

5/21 「東北復興支援にみる新しい官民連携のあり方」
一般社団法人 RCF 復興支援チーム ディレクター 山本慎一郎 様
5/28 「祭りと旅」
東京浅草 RC. 宮本卯之助 様



2014年5月14日

第1360回例会

会長 藤掛 靖元
幹事 伊石 佳高



年間100%出席

原田 毅 君 14回 宮村 義男 君 10回
太田 富美夫 君 3回

前回 (5/7 1359 回例会) の記録

来訪者紹介

◆ゲスト 6名 東京品川中央RC 坪 昭二様・北分区ガバナー補佐 大野晴治様
北分区分区幹事 新藤伸人様・北分区分区副幹事 松崎徹哉様
次年度北分区ガバナー補佐 藤田皓一様・次年度北分区幹事 星亀賢一様
◆ビジター 1名 東京浅草RC 河原啓介様

出席報告

| 総会員数 | 休会 | 出席免除 | 出席 | 欠席 | 出席率 | 修正出席率 |
|------|----|------|-----|----|--------|--------------------------|
| 47名 | 3名 | 4名 | 39名 | 3名 | 92.86% | 1357回例会修正 欠席1名・出席率97.62% |

東日本大震災で被災された皆様に一日も早い平和と復興がおとずれますようにお祈り申し上げます。このような時こそ、我々ロータリアンは『五大奉仕』を実行・実践しましょう。明日の日本と世界はみんなの手の中に！

会長報告 <藤掛会長>

・先週、石川酒造見学会にて東京福生ロータリークラブ 東京福生中央ロータリークラブとバナー交換を行いました。両クラブと更に友好が深まることが期待されます。

幹事報告 <伊石幹事>

・本日例会終了後、第11回理事・役員会を行ないます。週に行ないます。宜しくお願い致します。
・5月のロータリーレートは1ドル102円となります。

委員会報告

<会報委員会 渡辺丈樹委員長>

- ・前回の卓話者からいただいていた卓話要旨を、私のミスにより週報に掲載できませんでした。次週に載せさせていただきます。申し訳ございませんでした。

<米山奨学カウンセラー 岩田幸一委員>

- ・米山奨学生のリンダさんが希望していた医療機器のメーカーに就職を決めることができました。当クラブからの贈り物として、会社に履いていく靴を、会長・幹事同席のもと、リンダさんにお渡ししましたので、ご報告致します。

2013年～2014年度 第11回理事・役員会報告

<審議事項>

- ・4月度会計報告……………承認

<報告事項>

- 1. 本年度事業報告について……………
6/18 発表 (下半期事業報告) 5/31 〆切

- 2. 会長幹事慰労会について……………
6/13(金) 草津亭にて18:30～

- 3. 各委員会より……………
5/28 新入会員オリエンテーション (RC
情報委員会)

- 4. その他

ニコニコボックス

<北分区ガバナー補佐 大野晴治様、分区幹事 新藤伸人様、分区副幹事 松崎徹哉様>

- ・ガバナー補佐「お礼の訪問」です。本年一年間お世話になりました。貴クラブの益々の発展をお祈り申し上げます。

<次年度ガバナー補佐 藤田皓一様、次年度 分区幹事 星亀賢一様>

- ・宜しく申し上げます。

<藤掛、伊石>

- ・ガバナー補佐 大野晴治様、分区幹事 新藤伸人様、分区副幹事 松崎徹哉様、次年度ガバナー補佐 藤田皓一様、次年度分区幹事 星亀賢一様、ようこそいらっしゃいました。

<山尾、天笠、宮村、古谷、海内、柘、藤田>

- ・本年度・次年度ガバナー候補、分区幹事、

分区副幹事、ようこそいらっしゃいました。本日どうぞよろしくお願いたします。

<藤掛、伊石>

- ・坏昭二様、本日の卓話よろしくお願致します。

<斎藤、後上、山尾、永井、天笠、海内、原田、 松本、植木、上野>

- ・本日の卓話「ビックデータが変えるビジネスの世界」東京品川中央R.C. 坏昭二様、よろしくお願致します。

<植木>

- ・本日の卓話者、坏昭二様を紹介させていただきます。
・河原さんようこそ。

<長沼>

- ・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。無事、39年目を迎えました。

<小林 (博)>

- ・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。結婚32年記念の花束頂きまして有難うございます。“笑っていいとも”が始まった年にスタートした結婚生活ですが、今年で終了しない様に気をつけます。

<小池、植木>

- ・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。

<藤掛、伊石、山尾、上野、河村、浜中>

- ・100年企業見学会、二次会の残金をニコニコします。

<大塚、斎藤、宮村、中村、小林 (雅)、後上、浜中>

- ・山尾さん、百年企業見学会の写真ありがとうございました。

<山尾、渡辺、後上、浜中>

- ・久しぶりに麻雀をやりました。遊びでやりました。雀代を引いて残金が出ましたのでニコニコします。

<馬場>

- ・先日は漁眠荘のそば会にお越し頂きありがとうございました。感謝の気持ちをこめてニコニコさせていただきます。

ようこそ!!

おいでいただき有難うございます。



北分区ガバナー補佐 大野晴治様



北分区幹事 新藤伸人様



北分区副幹事 松崎徹哉様



次年度ガバナー補佐 藤田皓一様



次年度分区幹事 星亀賢一様

「ビックデータが変えるビジネスの世界」



東京品川中央ロータリークラブ
TCI株式会社 代表取締役

坏 昭 二 様

<略歴>

東京品川中央ロータリー・クラブ会員

1938年6月22日 茨城県生まれ・1961年 明治大学商学部商学科卒業

1973年 Motorola Executive Instituteなど。

現在：TCI株式会社代表取締役・明治大学評議員・明治大学連合駿台会専務理事、

米国O2Micro Electronics (Nasdaq上場企業) Board of Director (取締役)

1965-1969 株式会社理経、1965-1975 米国Motorola Inc. 半導体事業部 (Arizona, Japan)

1975-2004 テクセル株式会社代表取締役、1999-2006 CSMC (中国半導体製造・香港証券市場上場) 董事、その他Mosel Japan(株) 代表取締役など。

<ロータリー関連・履歴>

1980年 (昭和55年) 東京荏原ロータリー・クラブ (現・東京品川中央RC) 入会

2000-01年度 クラブ会長

2005-06年度 2750地区副幹事 (職業奉仕担当)

2006-07年度 2750地区地域奉仕委員会 (RCC) 委員長

2007-08年度 2750地区ガバナー補佐 (京浜グループ担当)

ロータリー・リーダーシップ研究会 (RLI) 研修リーダー

2008-09年度 2750地区立法案検討委員会委員・RLI研修リーダー

2009-10年度 2750地区会員増強委員会委員長・ロータリー未来委員会副委員長・

2750地区ロータリー情報委員長

2010-11年度 2750地区ロータリー情報委員長 (規定審議会担当)

RLI日本支部委員・地区RLI研修リーダー

2011-12年度 第2ゾーンRRFC補佐 (ARRFC) 2590・2610・2630地区担当

2012-13年度 第2ゾーンRRFC補佐 (ARRFC) 2590・2610・2750地区担当

2013-14年度 第2ゾーンRRFC補佐 (ARRFC) 2590・2610・2750地区担当

2014-15年度 2750地区研修委員会 研修リーダー補佐

「その他」

* 2004ロータリー財団冠名奨学基金寄付者 (Level-4メジャー・ドナー)

* マルチプル・ポールハリス・フェロー (5回)

* ベネファクター

* 米山功労者 (13回)

* 2004-05年度 地区特別功労賞授賞 (個人)

* 2012 アーチC. クランフ・ソサエティ会員 など。

(2014年1月現在)

「ビッグデータが変えるビジネスの世界」

(経験と勘がものを言わなくなる産業社会の訪れとなります)

以前、当クラブで、卓話をさせて頂きました。その時に、インターネットを中心とした、「高度情報化社会」が、如何に私たちの社会、そしてビジネスを変えて来たか・・・と言う話をさせて頂いたと記憶しています。私の専門は半導体、トランジスタ、ICなどの電子部品ですが、現在は、超大型コンピュータが掌に載るサイズに小型化が進み、高度な通信技術と相まってスマートフォンと呼ばれる個人向けの通信機器に変わりました。凡そ10年くらい前に、Wearable Computerの時代が来ると、通信学会などでしきりに話されましたが、「身に着けたコンピュータ」と言う点では、まさにその通りになりました。現在では、メガネなど、本当の”Wear・able”となりつつあります。

この世界で、もう一つの大きな変化は「超大型コンピュータ」の利用が身近になったことです。嘗て、IBMが、中型コンピュータ Model360・370を企業向けに出荷、いろいろな周辺機器とあわせ、SE(System Engineer)を従えて、数十畳の部屋を占拠、このシステムを導入するのに数億円の費用を要した時代は全くなくなりました。これも、この背景には集積回路(IC)の著しい進歩がありますが、こうした巨大なコンピュータが、極めて安く使用できる(サービスが受けられる)産業形態に変わってきたことによるものです。

本日は、こうした「技術の変化」、「産業の変化」、それに伴う「サービスの変化」が、私たちの仕事、特に事業経営にどのような変化を与えるのかを考えて見ることに致します。実は私は、コンピュータの応用分野(ソフトウェア)の専門家ではありません。電子デバイス(ハードウェア)の進化と共に仕事をして参りました。従いまして、本日は筋違いですが、最近の新聞や業界紙などをベースに、トピックスを紹介し、今後の社会がどう変化するかをお話させていただきたいと思えます。

さて、突然ですが、スマートフォンを現在使っている人はいますか？ タブレットは？ 私はデスクトップ・コンピュータは使っていますが、「スマホ」は使用していません。

では、「ナナコ」をご存知ですか？ 銀座のクラブではありません。では「ワオン」は？ これらにスイカ、イコカ、パスモ、楽天 Edy を加えて「6大電子マネー」だそうです。コンビニエンス・ストアのファミリーマートでは「Tカード」をお持ちですか？・・・と訊かれます。「ん」?? なぜ、このように沢山のカードが使われる様になったのでしょうか。どのような括りで「共通カード」が生まれ、どのように使われているのでしょうか。

さて、本題です。「ビッグデータ」という言葉を知っていますね？

超大型コンピュータを使い、膨大なデータを分析し、企業や行政での活用が話題になっています。ここで言うデータとは、「人間の行動をモデル化したもの」で、学者の言葉を使いますと「行動経済学」となるのだそうです。これには、カードでの買い物、エレベータの出入り、交通機関の利用履歴など、人の行動履歴なども含まれます。

また、人の行動のみならず、「会話」を分析、「商談や婚活」などにも利用されていますし、

簡単な例として、保険会社が自動車の運転癖をコンピュータに取り込んで、保険料の割引（上乘せ？）プログラムを作成、競合会社との差別化（事業戦略）・・・に利用しています。更に、大型の「回転寿司チェーンストア」（日本に 360 店、あきんどスシロー）では、店舗の顧客の売れ筋（年間 10 億件）が全て分析されて、魚河岸での材料の仕入れのための日替わりメニューが、分析データで決められているとの話もあります。これで、仕入れの無駄が解消されれば、どの位のコスト削減に繋がるでしょうか。

今後は、こうしたデータ分析が、企業のマーケティング戦略の主流になると考えられます。実際に、どのくらいのデータが分析対象となるかについては「数百テラバイト」（テラ＝1兆）とされています。この情報量は、新聞の朝刊で言えば数十万年分に相当とされています。

そんなに、簡単に、大きなコンピュータのデータ使えるのでしょうか。では「クラウド・コンピューティング」と言う言葉を聞いたことがありますか？このサービス・システムが出来たため、コンピュータは「持つ時代」から「使う時代」に変わりました。これは通信網の整備（道路整備）から、ネットワークを通してデータを活用する（道路で何を運ぶのか）ソフトウェアの時代への移行と考えられます。

このサービスに、沢山の企業（主には、IBM などコンピュータ会社）が参入しています。アウトソーシング・サービスの一例ですが、「アマゾン・ドット・コム」と言う会社があります。AWS（Amazon Web Service）と言うサービスを日本の KDDI と組んでサービスを提供しており、先の「回転すし」も、この会社のサービスを使っているとの新聞報道がありました。ご覧になった方も居ると思います。

もう一つ、EE Times Japan のビジネスニュースです。シスコシステムズ(シリコンバレーの IT 企業)の予測として、2017 年にインターネットユーザ数は全人口（地球規模）の 48% に達する。この時の IP(インターネットプロトコル)トラフィック量は固定とモバイルを合算して 1.4 ゼタバイトに達するとの予測です。（ゼタはテラの上(ペタ)の上（エグザ）の上）前のページで、数百テラバイトは、新聞の朝刊で言えば「数十万年分に相当」と話しました。「ゼタバイト」の情報量が如何に巨大なものを想像できると思います。

さて、問題は、こうした傾向を「他岸の火」で済ませてよいものでしょうか。本日、この資料と合せて「インターネットの起源」という 1 ページの資料を配布させて頂きました。どのくらいの速度でネット社会が進んで来たかを理解できると思います。今日の話の背景にあるのは「ネット社会」（インターネットを基盤にした高度情報化社会）です。会社や事業の規模に拘わらず、ネット社会の変化を放置するには、「リスクが高過ぎる」と考えますが如何でしょうか。

有難うございました。

「健康に日々の生活を」 ～姿勢・呼吸・自律神経～



Yoga インストラクター

岡村 幸様

<プロフィール>

2006年9月より留学のため渡米。2011年12月帰国。

前半2年間は語学学校に通いながらダンスを学び、後半3年間ダンススクールに入学、本格的にダンスとヨガを学ぶ。

ダンススクールでは解剖学・運動生理学に基づいた正しいポジショニングから体に負担をかけずに効果的に筋力を使うダンスメソッドであるサイモンソンテクニックを学ぶ。同時にダンスパフォーマンス直前、ヨガのクラスを受け、緊張から解放された経験を機にヨガに強い興味を抱く。

2011年12月全米アライアンス認定イシュタヨガ200時間養成コース修了。

・ヨガの効能

ヨガは呼吸に合わせて体を動かすため、心と体のこりやこわばりがほぐれる体と心のリフレッシュ&リラックス

・ヨガはポーズ、呼吸、瞑想

ポーズ 姿勢の歪み・運動不足・筋力と柔軟性の改善

呼吸 心の乱れは呼吸に現れるため、呼吸を整えることが精神をコントロールすることにつながる

瞑想 瞑想は脳のリラックス

姿勢と呼吸と自律神経

・健康に毎日の生活を送るために・・・背筋をのばして深い呼吸をする

伸びた背筋は深い呼吸を可能にし、深い呼吸をするには正しい姿勢が必要になる。
深い呼吸が自律神経のバランスを整える

美しい姿勢のメリット

若々しい 筋力がつく
姿勢の歪みからくる不調の改善 ←頭痛 腰痛 肩こり 内臓圧迫
深い呼吸を可能にする

深い呼吸のメリット

自律神経を整える
横隔膜による内臓の刺激 呼吸筋の発達
自律神経を整え、血液循環・消化・代謝・排泄・免疫力・ストレス改善に影響

自律神経

緊張を与え、活動的にする交感神経
リラックスさせ落ち着きを与える副交感神経
両方必要でバランスが取れている状態が好ましいが現代人は交感神経が優位になる緊張状態が続くことが多く副交感神経が活発になることが求められている

まとめ

深くゆっくりした呼吸が自律神経のバランスを整える最良の方法
ヨガは健康にいいのは深い呼吸を通じて、自律神経のバランスを整えるから
日常で背筋を伸ばすことを意識できれば、呼吸が深まりヨガを行っている事と同じ効果が得られる。

参考資料；血栓予防 .com

なぜ「ヨガ」は健康に良いといえるのか～ウッズに学ぶ「深い呼吸」

● 実技

- ・呼吸に合わせて関節を動かすことを意識する
- ・気持ちの良い所でやめる
- ・痛いところ筋肉が硬直し逆効果
- ・毎日続けられるペースで！

意識するポイント

関節を動かす！
グーパー 手首回し 足首回し など