

RI第2620地区 静岡第3分区

沼津柿田川ロータリークラブ



RI会長 田中作次
 RI第2620地区ガバナー 高野 孫左エ門
 会長 野口 郁夫
 幹事 高田 聡
 例会日時 毎週月曜日 12:30点鐘
 例会会場 沼津卸商社センター 2F
 〒411-0912 静岡県駿東郡清水町卸団地203
 TEL 055-971-6500
 〒410-0312 沼津市原1771-2 増田方
 TEL 055-969-2321 FAX 055-969-2322
 E-MAIL officework@rcj-nk.org

事務局

会長挨拶



第1465回例会 会長挨拶

会長 野口郁夫

大寒も過ぎましたがまだまだ寒い日が続きます皆様体に気を付けてください。ロータリーの友の友愛の広場に投稿された記事の中で「コーヒーの効用」という投稿がありました。コーヒーは一般的に眠気覚ましやリラックス効果を期待して飲みます。近年そのコーヒーが糖尿病やがんなどの生活習慣病の予防に役立つと世界各国の医学界で話題になっております。一日5〜7杯のコーヒーを飲んだ場合、飲まない人と比べ糖尿病にかかるリスクが半分程度に低下するようです。他にも自律神経である交換神経の働きを良くする脂肪肝を改善します。動脈硬化を予防します。痛風の発症を減らします。ダイエット効果を高め運動後の筋肉痛を軽減します。ただし、心筋梗塞や不整脈の既往症を持つ人や妊娠している女性の場合には、飲む量減らし一日2〜3杯にとどめる方が良いでしょう。コーヒータイムを生活習慣病予防に役立ててみてはいかがでしょうか。

さて、前回会長あいさつにおきましてロータリーの綱領が目的に変わる話をしました。次にRI戦略計画の理念について是非皆様様に理解すべき事としてRI戦略計画の中の本質・使命・中核的価値観・奉仕・親睦・多様性・高潔性・リーダーシップはすべて私達が日常用いている「ロータリーの目的」と「4つのテスト」に反映されております。各項目がロータリーの友1月号に解説されております。わかりやすくなった新しい「ロータリーの目的」を良く理解して今後のロータリー活動に役立て下さい。

幹事報告

■ 事務連絡 ■

*ロータリーの友事務所より
 ロータリーの友2月号 到着

■ 例会変更 ■

* 御殿場RC
 2月7日(木)、28日(木)→東山荘
 2月14日(木)→16日(土) 第2分区IM
 2月21日(木)→御殿場館
 * 沼津北RC
 2月12日(火)→9日(土) 第3分区IM

■ 週報到着 ■

御殿場RC・沼津北RC・裾野RC

本日のゲスト・ビジター

ビジター 沼津北RC 木村智昭 様
 ゲスト 渡辺兼光 様
 ゲスト 富樫伸喜 様

スマイル報告

原 修一 1/21中途退出申し訳ありません。
 高田 聡 兼光さんご入会ご協力有難うございます
 横山忠男 渡辺さんご入会ご協力有難うございます
 石井 優 卓話！何を話しましょう？
 前澤秀明 富樫さんご入会お待ちしております。
 中田 真 富樫さんご入会お待ちしております。
 岩本義正 今年もよろしく。
 岩本義正 高田さん、財布ありがとう。
 渡辺兼光様 新人です。よろしく。
 伊藤 毅 渡辺様、富樫様、ようこそいらっしゃいました。
 濱田清明 今月もよろしく。

年男卓話



年男 八十四歳

古泉榮一 会員

私にとって今年は、十二支でいう七周目の癸巳年です。高橋暁昭パストガバナーは、吉原毘沙門天の住職で、昨年暮れに年明けの二月に行う毘沙門天大祭の広告を新聞に掲載してありましたが、その中に「巳年は静観、着実の年で今まで内包していたものが、機を得て表に出ること。一つの物事が集結して新しい事象が始まる期待感。まさに今の政治の現況である。一方「癸巳」の年は天変や米の一揆や騒乱に至るなど多難の歴史があり、この様な年こそ世間の目新しい事象に浮かされず、今なすべきことを順序に従い着実に成すことが肝要」と書いてありました。平穩無事の年でありたいと思います。

年の始めですから、清水町の古くから行われている正月の風習について話してみたいと思います。正月三が日は朝、雑煮を炊き神前と仏壇に供え、一年の無事であるよう祈ります。そして家族そろって新年の挨拶を交わし、雑煮を頂きます。雑煮は米に餅と大根・里芋を入れて炊きます。神前と仏壇に「おぶつき」と言って木で出来た器に、大根と里芋の雑煮を盛り供えます。三が日は男の役目として今も私の家では行っております。

そして三ヶ日が過ぎ、七日には七草粥を炊きますが、味は塩味です。最近では開発が進み昔のように七草を採るような場所が無くなり、採取ができなくなりました。最近ではスーパーに七草を売っていますので利用する方もあると思います。既にみなさんは七草をご存じの事と思いますが、紹介しておきます。「七草」は全て薬草でセリ・ナズナ・ゴキョウ・ハコベラ・ホトケノザ・スズナ・スズシロです。(スズナ)は青菜または蕪のこと(スズシロ)は大根の別名です。特にナズナやハコベラなどは解毒性の強い薬草で、おせち料理の食べ過ぎ飲み過ぎによる胃腸の働きを良くすると言われております。七草粥を食べることは健康維持の食事療法と言えます。

わたしたちの町には古くから行われている「七草の粥と木叩き」という行事があります。他の地域でも行われているところもあると思いますが、七日の朝七草粥を食べた後、子供たちはカチキ(直径約4cm・長さ30cm位で先から中程まで四つ割りしたもの)に粥をつけて実のなる木を叩き、果実が良く生ることを祈る行事で、古くから行われております。実の生る木と言えば柿の木で、各農家では子供たちが柿の木を叩きながら次のような文句を唱えた。この地方の方言で、「なるか、なんにゃあか、千百俵、なるうと申せ、ならぬとぶつ切るぞ、たきやとけへなると、鳥がとるぞ、低きいとけえなると子供がとるぞ、中どこブラブラたあんとな

れ、なっても落ちるな、落ちてでも拾うな」と私も子供のころは兄たちと一緒に唱えながら叩きました。今は全くこの様な行事は見られません。七草粥をつけた「かち木」は叩き終わった後に大神様「伊勢の皇大神宮」に安置され、正月十五日のドンドン焼きに焼かれました。

十四日は十四日団子を朝作ります。団子は木の枝につけて神棚と仏壇に供え、十五日に行われるドンドン焼きの団子もその時に作ります。昔は区民全体の行事として行われ、オンベ竹三本を立ててお飾りを周りに吊るして火入れをし、団子を焼いて食べた。オンベ竹の燃え残りを家に持ち帰り災難除けとして門辺りに挿したが、今はこの習慣はないようです。現在は子供会が中心になって父兄や消防団員が参加して伝統的な行事として実施しております。また十五日には「小豆粥」を朝頂きます。その昔は米・アワ・ヒエ・キビ・小豆など七種のものを入れて炊いたようですが、私の家では米に小豆と餅を混ぜて粥を炊きます。味付けは塩味で、神棚と仏壇に供えそのあと食べます。今はおそらくこの様なことを行っている家庭はだんだん少なくなっていると思いますが、正月の伝統的な行事の一つです。

その他子供の遊びとして、双六や女の子は羽子板を作って羽根つき・男の子は凧揚げ、独楽回しなどが盛んに行われました。



年男

石井 優 会員

今年で3回目の年男を迎えました。毎年のことですが新年の抱負、目標もたてずただただ仕事や普段の生活に没頭していました。節目ということで今年こそはと考えてはいましたが暮れは仕事のトラブルなどで時間をとられ、新年からあまりいいスタートではないのですが祖父の入院で落ち着く間もないまま今日まで来てしまいました。今考えてみると去年のトラブル続きの時はロータリークラブの週1回の例会も精神的に出席することが辛かった時もありましたが、会員皆様方の笑顔と気配りに勇気づけられ乗り越えられることができ、仲間っていいな、絆っていいなと再認識しました。

暗い話ばかりになってしまいましたが、そんなことばかりではなく静岡市に別会社を設立することが決まりまして、今はその準備、段取りに切磋琢磨しています。今年はまだ少し自分自身を見つめなおせるよう時間にゆとりを持って仕事もプライベートも充実できればなと思っています。

まだまだ35歳と若く不十分なことだらけではありますが、先輩方を見習って焦らずゆっくりと成長していきたいと思っています。

年男とは関係ない話ばかりにはなりましたが、これからご指導ご鞭撻のほどよろしく願います。

◆次回例会プログラム◆ クラブ協議会（第4回水保全PR事業会議）

出席報告

会員数	出席計算に用いた会員数	出席計算に用いた出席者	出席率	1月7日修正出席率
16名	16名	14名	87.50%	100%

出席： 古泉・太田・原・野口・菊池・前田 他 計14名

欠席： 菊池・前田 計2名

MU： 岩本 計1名