



2023-2024
国際ロータリーテーマ



世界に希望を生み出そう

Rotary
ゴードン R. マッキナリー



金泉寺

ロータリアン スピリッツ
『Rotarian spirits』
～輝ける新時代へ～

2023-2024年度 諫早西ロータリークラブ 会長 山本 健志

諫早西RC
ホームページ



Facebook



諫早西RC
掲示板



第1797例会 2023年 9 月 27 日例会記録 NO.11 天候 晴れ

【本日】会員数 53名 出席 43名 欠席 9名 出席率 82.70%
 【9/13】会員数 53名 出席 49名 欠席 3名 (MU 9名) 出席率 94.24%

来訪者



公式訪問

(前列中央)

第2740地区 副ガバナー
千葉 憲哉(ちば けんや)様 諫早北RC

(前列右側)

第8グループ ガバナー補佐
橋本 満典(はしもと みつのり)様 諫早多良見RC

(後列左から3番目)

地区幹事
村瀬 高広(むらせ たかひろ)様 佐世保北RC

(後列左から2番目)

地区副幹事
渥美 大介(あつみ だいすけ)様 佐世保北RC

会長の時間



山本 健志 会長

『ガバナー公式訪問例会』

本日は、千葉憲哉 副ガバナー、橋本満典 ガバナー補佐、村瀬高広 地区幹事、渥美大介 地区副幹事をお迎えしまして、今年度の大きな行事であるガバナー公式訪問例会を開催したいと思います。本日はお忙しい中に、多数の御来訪いただきまして、有難うございます。また、橋本ガバナー補佐におかれましては、先週に引き続き、ご出席いただきありがとうございます。先週のクラブ協議会では、橋本ガバナー補佐より沢山のアドバイスをいただき、ありがとうございました。その会議の内容を精査して、これからも他のクラブに負けないようなクラブ運営を目指したいと考えております。

さて、先程、例会前におきまして、副ガバナー、ガバナー

会長/山本 健志 幹事/清水 淳 創立日/昭和60年2月20日 認証日/昭和60年3月5日
 例会場/平安閣 諫早サンプリエール(毎週水曜日) 〒854-0053 諫早市小川町71-1 TEL(0957)24-3907
 事務局/諫早商工会議所内 〒854-0016 諫早市高城町5番10号 TEL(0957)22-3323
 会報委員/久保 泰正・木村 真一・サルヴァドーライ美奈子・植杉 親優
 HP/<https://isahaya-west.com> E-mail/info@isahaya-west.com

補佐、地区幹事と当クラブの会長、幹事、副会長の6名にて、事前懇談会を行いました。まずもって、無事に終了したことをご報告いたします。その内容ですが、新入会員の教育の事やローターアクトの件、例会の在り方など盛り沢山お話し頂き、アドバイスもいただきました。

千葉副ガバナーのお話に共感致しまして、大変参考になりました。これからのクラブ運営の励みにしたいと思います。

本日は緒方ガバナーの方針、ロータリーへの思いを副ガバナーよりお話をいただき、勉強させていただきたいと思っております。

そして、10月28日地区大会には多くの会員を引き連れて参加したいと思います。緒方ガバナー様の元気な姿でお会いできますように、会員一同心よりお祈りし、応援したいと思います。では、今日は最後までよろしくお願い致します。

幹事報告

【例会休会】

※諫早多良見ロータリークラブより

日時：令和5年10月31日(火)

※定款第7条第1節(d)により

【お知らせ】

※国際ロータリーより

①「2023-24年度の賞・表彰の機会について」

②「モロッコの地震被害地をご支援下さい」

スマイルボックス

緒方 信行ガバナー、千葉 憲哉副ガバナー

村瀬 高広地区幹事、渥美 大介地区副幹事

：国際ロータリー第2740地区ガバナー
緒方信行、副ガバナー千葉憲哉、地区
幹事村瀬高広、地区副幹事渥美大介です。
本日はお世話になります。一年間宜しく
お願いします。

橋本 満典様 (第8グループガバナー補佐)

：先日のクラブ協議会ではお世話になり
ました。本日も宜しくお願い致します。

山本 健志君：本日は、千葉副ガバナー、橋本ガバナー
補佐、村瀬地区幹事、渥美地区副幹事
様、ようこそ諫早西 RC へ。今日は楽しみ
にしています。どうぞ宜しくお願いします。

清水 淳君：千葉副ガバナー、橋本ガバナー補佐、村瀬
地区幹事、渥美地区副幹事、ようこそ
諫早西 RC へ。本日は宜しくお願い致
します。

日高 正朗君：緒方信行ガバナーの御来訪を歓迎致
します。

毎熊正太郎君：千葉副ガバナー、御来訪ありがとうござ
います。来週は月見例会です。みんなで
楽しみましょう。

吉次 良治君：千葉副ガバナー、村瀬幹事、橋本ガバナー
補佐、お疲れ様です。本日宜しく願
います。

森 由有君：千葉副ガバナー、村瀬地区幹事、御来訪
ありがとうございます。宜しく御指導
お願い致します。

福田 和幸君：千葉副ガバナー公式訪問歓迎致します。
御指導宜しくお願い致します。

木村 隆二君：ゲストの皆様、御来訪いただきありがと
うございます。先日、弊社が主催する少年
剣道大会を無事に開催することができ
ました。例年、御協賛いただいております
メンバーの皆様ありがとうございます。
今後も長崎の少年少女剣士のために頑
張って参ります!!

久保 泰正君：千葉副ガバナー、橋本ガバナー補佐、村瀬
地区幹事、ガバナー公式訪問ありがと
うございます。本日は宜しくお願い致します。

野中 英己君：千葉副ガバナー、御来訪ありがとござ
います。卓話宜しくお願い致します。

山崎 祥弘君：千葉副ガバナー、御指導宜しく願
います。

原田 典範君：千葉副ガバナーの御来訪を歓迎致します。

小野 秀喜君：千葉副ガバナー他、多数の御来訪ありが
とうございます。

荒木 公義君：千葉憲哉副ガバナー、橋本満典ガバナー
補佐、村瀬高弘地区幹事、ようこそ諫早西
RCへおいで頂きありがとうございます。

千住 良治君：千葉副ガバナー、村瀬様、渥美様、よう
こそ諫早西 RC へ、本日はどうぞ宜しく
お願い致します。

辻本 善樹君：千葉副ガバナーの御来訪ありがとござ
います。

本日の合計 (9/27)	累計額
¥69,000	¥383,000

緒方信行ガバナー公式訪問

日時：2023年9月27日（水） 場所：平安閣 諫早サンプリエール

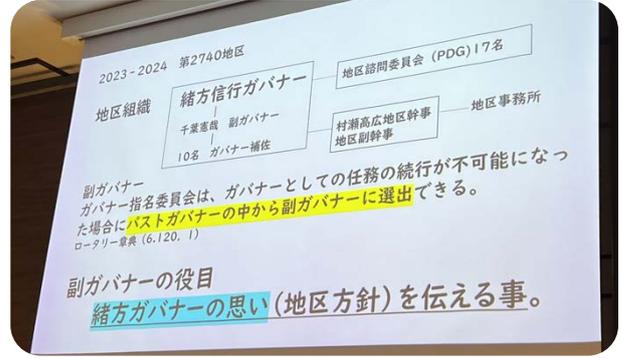
9月27日（水）に、緒方信行ガバナー公式訪問があり、千葉 憲哉副ガバナー、橋本 満典ガバナー補佐、村瀬 高広地区幹事、渥美 大介 地区副幹事が諫早西ロータリクラブを訪問されました。



村瀬 高広 地区幹事



千葉 憲哉 副ガバナー



ロータリーの友9月号「ロータリー財団管理委員長からのメッセージ」より

自分自身のロータリー・モメントをつくり出そう

2023-2024 年度ロータリー財団管理委員長
BARRY RASSIN

皆さんの「ロータリー・モメント」は何ですか？ロータリーの一員であることは単に例会に出席する以上の意味があると気付いたとき、または、自分が人々の人生を変える力になれた、と感じたときなどがあるでしょう。

私は、ハイチ人の少年、ダニエルのことが生涯忘れられません。当時、私と一緒に国際ロータリー(RI)の委員を務めていたグレッグ・ポッド財団管理委員は、ロータリーが支援する「Gift of Life プログラム」を通じ、心臓疾患で、医師から余命数力月の宣告を受けていたダニエルに何とか海外で手術を受けさせようと奔走していました。しかし、渡航ビザを取得できずにいました。このことを知り、私は Gift of Life がハイチでも活動していることを思い出し、現地で手術できるのではないかと考えたのが水曜日。グレッグ委員がダニエルのカルテを取り寄せたところ、私の知り合いの Gift of Life の手術医がたまたまその時にハイチにおり、木曜日にはこの医師がカルテに目を通し、手術可能と判明。しかし医師は出国間近。そこで、金曜日の朝、ダニエルと両親はハイチの田舎道を、スクーターで1時間半かけて医療施設にやって来て手術を受けることができました。心臓手術は無事成功。数力月後、ダニエルの写真がメールで送られてきました。胸に大きな手術痕があるにもかかわらず、ダニエルは満面の笑み。そして、こう書かれていました：「あなたが助けてくれたと聞きました。あなたは私の命の恩人です。ありがとうございます」

全てのロータリー会員のこれまでの活動と、今後の活動に感謝の気持ちをお伝えしたいと思います。特にロータリー財団を運用したロータリーの素晴らしさは、こういったロータリー・モメントをいつでもつくり出すことができる

という点にあります。ロータリーの仲間に働きかけ、活動のアイデアを練ってください。私たちのネットワーク、献身的な奉仕活動、そしてさまざまなリソースがあれば、後はおのずと開けます。

ロータリー財団を通じて多くのグループが協力すれば、どんなことが達成できるか想像してみてください。地区補助金を通じ、識字率向上を目指して地区内のクラブが力を合わせることで、または世界の異なる地域の二つの地区が、水と衛生のグローバル補助金を通じ、地域社会に変化をもたらすことのインパクトを想像してください。

まだご自身のロータリー・モメントを見つけていない方は、探し続けてください。財団を通じてロータリーに奉仕することが、ロータリー・モメントへの道であり、皆さん自身の人生を変えていくでしょう。

ロータリーの友 9月号「日本人とお米のはなし」より

蕎麦は五穀？

鎌倉 RC 会員 久保田 英男

健康志向の中、白飯ではなく、雑穀米や五穀米などと呼ばれるブレンド米が流行しています。特に何が雑穀米かという定義はありませんが、米・麦・アワ(粟)・キビ(黍)・豆や古代米などをブレンドしたものが多いようです。食物繊維などが多く摂取できるということで、お弁当や飲食店でも雑穀米を選択する人が増えているそうです。

豊かに実ることを「五穀豊穰^{ほうじょう}」と言いますが、五穀とは、『古事記』では、稲・麦・アワ・大豆・小豆、『日本書紀』には、稲・麦・アワ・ヒエ(稗)・豆と記されています。他の文献などでキビなどを含める場合もあり、先の雑穀米と同様に記載に違いはあるのですが、重要な穀物を五穀と称し、古くから大切にされてきました。米や麦、豆はなじみがありますが、アワ・ヒエ・キビはそれ自体を味わうことはあまりないのではと思います。アワは小粒で、黄色や白っぽい色が特徴。粘りのある「もちアワ」と粘り気の少ない「うるちアワ」があり、現在、市販されているものの多くは「もちアワ」です。ヒエは実は白く、小粒。粘りがなくパサパサした食感です。ただ栽培する上では重宝する植物で、低温に強く、塩や酸性土壌にも強く、やせた土地でもよく育ちます。キビの粒はアワよりも少し大きく、黄色です。キビにも「もちキビ」と「うるちキビ」があり、「もちキビ」をついたものは黄色い餅になり、それを丸めたものがキビ団子。そうです、昔話「桃太郎」に登場するアレです。今も吉備の国(岡山県)の銘菓として人気を博していますが、こちらはもち米に砂糖と水あめにキビを加えたものが主流です。

さて、雑穀米に古代米もブレンドすると書きましたが、古代米とはその名の通り、古代の稲の品種の特徴を色濃く残したものを指し、「赤米」「黒米(紫黒米)」などがそれに当たります。野生の稲の多くは「赤米」で、縄文時代に日本に伝わった稲も「赤米」であったといわれています。「赤米」は、白米に比べて、たんぱく質やビタミン・ミネラルを多く含みます。黒米に含まれる色素(アントシアニン)には、血管を保護する作用があり、老化防止や生活習慣病の予防にも効果が期待され、白米に比べ、たんぱく質、ビタミンB、カリウム、カルシウム、マグネシウムが豊富です。

ところで、五穀には蕎麦^{そば}の実が含まれていません。実は蕎麦はイネ科ではなく、タデ科なので野菜の仲間とされ、穀物として見られていませんでした。僧侶の修行に「五穀断ち」という荒行があります。文字通り五穀を一切口にしないという修行です。ところが蕎麦は五穀に入っていないので、蕎麦を食べて修行を乗り切っていたとか。お蕎麦屋さん「〇〇庵」といった屋号が多いのもこの名残です。

やせた土地でも育つ蕎麦が、食糧難の時の大切な作物として重宝されていたのは、日本だけではなかったようです。フランス・ブルターニュ地方は雨が多く湿度が高いため、小麦の栽培には適していなかったため、パンの代わりに、蕎麦粉を使ったガレットを食べていました。貧しい農民や労働者は、近代初期までこのガレットを主食としていたそうです。ところが、フランス国王ルイ13世の時代、妻のアンヌ王妃がブルターニュ地方を訪れた時、ガレットを気に入り、宮廷料理に取り入れました。当初は蕎麦粉に塩と水を混ぜた物を鉄板で焼くというシンプルなものでしたが、その後、牛乳やバター、鶏卵、砂糖などが加えられるようになり変化し、蕎麦粉の代わりに小麦粉を使用した「クレープ」が作られるようになりました。現代では、生クリームやフルーツ、ジャム、チョコレート・ソース、アイスクリームなどを包み込んで菓子として食べるのが一般的になりましたが、貧しさのゆえ、パンの代用食としてガレットを食べていた人は、この変化をどう思うのでしょうか。