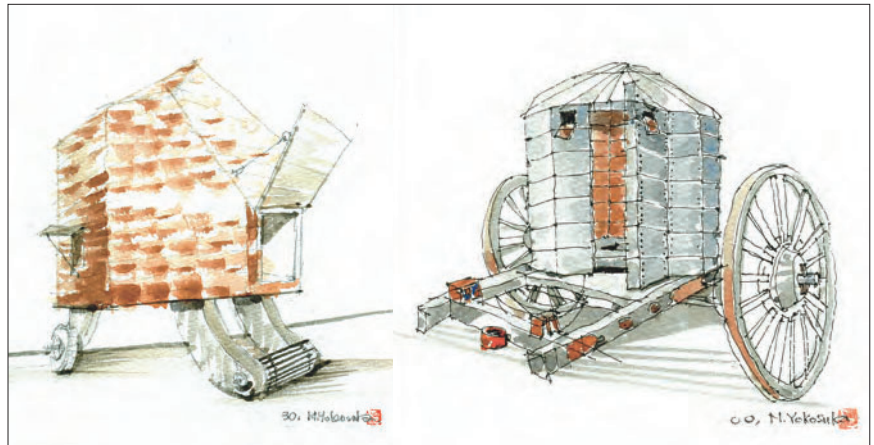




(2018-19年度 国際ロータリー・テーマ)



インスピレーションになろう



「新旧安神車」(水戸市)

水戸に暮らして半世紀 そろそろ「みとっぽ」？

中村 昭彦 (書籍教材販売)

私は、水戸に住んで55年になりますが、生まれは山梨県です。甲府の小学校へ入学して直ぐに水戸へ家族で移り、当時まだ木造だった緑岡小学校に転校しました。当時の緑岡地区は水戸になったばかりで、田畑や雑木林が広がる田園地域で、甲府の街中から越してきた小学1年生の私にはとても新鮮に映りました。

山梨時代の思い出は断片的なものしかありませんが、冠婚葬祭などで親戚を訪ねると妙に懐かしい気分になります。四方を山に囲まれ、南には常に富士山がある美しい景色、中央線や中央道で笹子トンネルを潜ると不思議と胸が躍ります。四季のメリハリが濃く、茨城にはない山や溪流の景色は、たまに訪ねるにはとても良いところです。そんな山梨で農家を営んでいる親戚の者を車で茨城を連れまわった時、車窓から広大な田畑を見て「土が黒くて石がない」と驚いていました。山梨の農家は規模が小さい兼業農家が多く、気候も寒暖の差が大きく、土が悪くて石だらけ、一般的な野菜作りには向かず、小さな畑で葡萄や桃、さくらんぼなどの果物を作っています。

それに比べて、茨城は平らで気候も穏やか、台風や大雪などの災害がなく、豊富な水流と肥沃な大地。そのため農耕地も広く、また作物も

南限、北限と種類も多く、農業生産高は北海道に続きます。その上、海岸線が長く、親潮、黒潮が行き来し、漁業においても魚種も豊富で水産資源にも恵まれ、大きな漁港もたくさんあります。大消費地の首都圏に隣接し、素材のまま出荷できるとも恵まれた環境にあります。居住環境においても、茨城の気候の穏やかさは何ととっても最高で、可住地面積も広く一戸当たりの敷地面積は日本一、特に水戸は生活環境の整備はもちろん、文化施設も多く、数々の史跡や偕楽園千波湖周辺などは「みとっぽの誇り」であり、住みやすさは抜群だと思っています。

こんなに素晴らしい茨城ですが、魅力度は最下位だそうです。きっとあれは「行ってみたいランキング」であり、「実際に住んで良かったランキング」だったらいい線行くのではと思っています。とはいえ、ここ何年か私自身、観光に関わるようになり、開き直ってもいられなくなってしまいました。観光は「非日常」が求められます。隠れた名所を発掘し、日常では味わえない食や体験を提供し、魅力度を上げていかなければなりません。どうか皆様、「こんな、あんな水戸や茨城の楽しみ方」を教えていただければ幸いです。よろしく願い申し上げます。

No. 43 2019・5・28

1951年3月6日設立
1951年3月15日RI認証

水戸ロータリークラブ

■例会日
毎週火曜日・12時30分
常陽銀行本店8階

■事務所

■会長 牧 厚志 ■幹事 二川 泰久

〒310-0021 水戸市南町2丁目5番5号 常陽銀行本店 別館5階
TEL.029(231)2151(代表) 直通(225)4820 FAX.029(225)4825
E-mail r.i.mito@sage.ocn.ne.jp ホームページ <http://www.mito-rc.jp/>



水戸ロータリークラブの例会に、卓話の機会を頂きました事に対して、御礼申し上げます。

平成から令和に元号が変わり、社会情勢も大きく変わろうとしています。日本においては、少子高齢化の進展と共に、人生100年時代を迎えて、医療の現場でも、大きな変革が求められています。いわゆる、高齢者の定義は、日本を含めた多くの先進国で65歳以上であります。以前と比較して、元気に社会的活動を行っている方も多数おり、ロータリー活動において中心的に活躍している方々に対して、心から敬意を示したいと思います。

初めに、日本の人口の推移ですが、2010年の1.28億人をピークに、2030年1.16億人、2060年には0.86億人に減少します。現在の15歳から64歳までの生産年齢人口割合は、62%から51%と徐々に減少し、逆に65歳以上の高齢化率は、25%から40%へと大幅に増加致します。高齢化に伴い、死亡者数の将来推移は、現在と比較すると、年間39万人増加すると考えられています。主な疾患別の死亡率の推移は、高齢化の進展により、がん、心疾患、肺炎、脳血管疾患が上位4位であり、次に、老衰、不慮の事故、自殺となっており、多くは生活習慣に起因するものと思われま

す。医療において、戦後生まれの団塊の世代が全員後期高齢者になる2025年問題としては、医療と介護の需要が最大になるものと思われ、また、高齢者人口の増加が地域によっては、大きな差があり、高齢者人口の減少がすでに始まっている地域もあります。その解決のため、医療の機能に見合った資源の効率的かつ効果的な配置が必要であり、急性期から慢性期まで患者の状態に見合った病床で、状態にふさわしい、より良質な医療サービスを受けられる体制を作る

ことが重要となります。そのためには、高齢者が、地域の実情に応じて、住み慣れた地域で自立した日常生活が送れるような支援が必要であり、その為の支援体制「地域包括ケアシステム」を構築しております。つまり、病気になったら「医療」、介護が必要になったら「介護サービス」、いつまでも元気に暮らすための「生活支援・介護予防」があり、中心には「高齢者と住まい」があります。そのコーディネートを行うのが、地域包括支援センターでありケアマネジャーであります。私たち医師会は、日常的な医学管理と重症化予防、専門医療機関等との連携、在宅療養支援と介護の連携が出来る「かかりつけ医」の推進を行っております。予防・外来から入院そして在宅医療を結び、シームレスな医療を提供するために、茨城県と連携しながら、茨城型地域包括ケアシステム推進センターを立ち上げ、在宅医療の提供体制の構築を行いました。

現在、社会問題にもなっている認知症高齢者の増加は、医療のみならず交通行政の面でも、問題視されています。平成24年は認知症患者は、全国で約460万人でしたが、平成37年では、約700万人と言われております。これは高齢者人口の約20%となり、5人に1人の発生率となります。明らかな発症原因はいまだ不明ですが、生活習慣病（高血圧、糖尿病、脂質異常症等）や運動不足、喫煙、過度の飲酒、肥満等が考えられており、それらの予防や早期治療が認知症の発症防止となります。単なる物忘れと認知症は違いますので、常日頃の、生活習慣や運動習慣、食習慣を見直し、常に趣味や好奇心を持ち、ストレスをためない生活を心がけて下さい。認知症の人や家族を支える支援体制は医療・介護・地域で多方面にわたり展開しております。

私たち茨城県医師会は、県民の健康増進や健康寿命延伸のため、医師会、歯科医師会、薬剤師会、看護協会等や医療系多職種と連携しながら、「健康いばらき」の推進のために活動して行きます。

◇ ゲスト紹介

第3分区ガバナー補佐

川上美智子氏(水戸好文RC)

茨城県医師会会長

諸岡 信裕氏(水戸東RC)

元会員 高原 一嘉氏

◇ 第3分区ガバナー補佐挨拶

第3分区ガバナー補佐 川上美智子氏



水戸ロータリークラブへの訪問は今回で最後になります。本年度5回目の訪問となります。大変お世話になりました。本来であれば来年度のガバナー補佐である石田哲郎様をお連れして伺うべきですが石田様のご都合もあり一人での訪問となりました。石田様は7月になりましてから改めてお伺いすることになります。石田様のご紹介だけさせていただきます。石田様は昭和24年3月26日生まれの70歳です。お勤めは石田外科医院の医院長さんです。ロータリー歴は31年で会長を9年前にされています。その時、私は水戸好文ロータリークラブの幹事をさせていただいた年です。石田様は水戸第一高等学校、埼玉医科大学をご卒業になられています。ジャズがお好きで自由が丘スタジオを主催してきましたが今は閉めています。現在は、鉄道旅を趣味としてされているそうです。ウイスキーも大好きだそうです。とても優しい方ですのでどうぞよろしくお願いいたします。

水戸ロータリークラブの皆様のお陰でガバナー補佐という役目を無事に1年間することができました。水戸ロータリークラブに来るときはいつも大変緊張していましたが今回が最後ということでちょっと安堵している部分もあります。今日は第3分区のIMの報告書を皆様にお配りさせていただきました。今年度は、高橋ガバナーから会員増強を強く言われてきましたが第3分区は会員数が微増する予定です。また、今年度は「ロータリーデー」として新しい取り

組みもさせていただきました。皆様のご協力により無事に大役を終えることができます。本当に1年間ありがとうございました。

◇ 挨拶

元会員 高原 一嘉氏(電力)



3月13日発令、4月1日に新しい職場に着任ということでご挨拶が遅くなりまして申し訳ございません。現在は、福島第1廃炉推進カンパニーのバイスプレジデントという肩書でいます。事務方の副責任者として仕事させていただいています。

皆様にはいまだにご迷惑をおかけしています。廃炉まで30年から40年かかるといわれていますが何とか円滑に進められるように頑張っています。福島には2年ぶりに戻りました。震災の前年から福島第2の広報部長をしているときに震災が起きました。その後、復興本社を立ち上げ福島市にて仕事をさせていただきその後、茨城で1年9か月皆様にお世話になりました。そしてこの度の異動で福島に戻ったようになりました。福島の方々もまだまだ大変ですが「高原さん、おかえりなさい」と言われることがとてもありがたいと思っています。現在は、以前のように防護服を着て全面マスクをしてという装備は必要なくなっています。場所によっては今もそのような装備が必要ですが普段は普通の背広で働いています。後任に武藤というものがお世話になります。武藤を通じて現場を見ていただく機会を持っていただければ嬉しく思います。

皆さんに見ていただいて、現在の現場の様子を皆さんの言葉で広げていただくことが福島の方々の復興、そして廃炉の推進になると思います。

ご挨拶が遅れましたこと大変申し訳ございませんでした。また、大変お世話になりありがとうございました。

◇ 会長の時間

牧会長

諸岡さんようこそお越し下さいました。実は諸岡さんとは高校で同級でした。今から12年前、私が茨城県歯科医師会の副会長になった時、諸岡さんも茨城県医師会の副会長になっております。その後私は副止まりでしたが、彼は見事その上の会長の座を射止め、差をつけられています。また、次年度水戸東ロータリークラブの会長になります。会長経験という点では私の方が一年早く、かろうじて一矢を報いたかな？という気しております。本日の卓話よろしくお願ひ致します。

<ヨーロッパの食文化・オーストリア編>

オーストリアで一番美味しいと思った料理はウィナーシュニッツェル（ウィーン風カツレツ）です。仔牛の肉に小麦粒をからめ少量のオリーブ油とフライパンで低温でじっくり揚げ、レモンを絞って食べます。これは粗目の小麦粉を使わないため食感がふわっとした感じになり、ソースもかけないので揚げ物の甘みと香ばしさが損なわれません。日本では豚肉を小麦粉と細かいパン粉でからめ、ラードで揚げたのをカツレツと呼び、小麦粉と粗目のパン粉でからめ、植物油で揚げたのをトンカツと呼ぶようです。いずれもソースをかけるのが一般的ですから、ずいぶんと味が違います。

オーストリアはドイツの隣国ですので、ヴルスト（ソーセージ）やサワークラウトなど同じ料理が食べられます。どちらが本場とか考えずに、その国にはその国の味がありますので、それを楽しめればよいと思いました。

ウィーンではオペラ鑑賞をしました。オペラは音楽・演劇・文学・美術という、目と耳を楽しませる総合芸術といわれ、休憩時間にはワインを自由に飲めます。ほろ酔い加減で観るオペラもまたいいものです。

また、スウィーツ好きな私にとって、ウィーンのデメルで食べたザッハトルテは濃厚でとても美味しく、日本でもあの味を探してしましますが、今だに見つかりません。

ウィーン郊外のバッハヘンデルというホイリゲでは、楽団の楽しい演奏を聴きながら料理をつまみ、ハウスワインを美味しく呑んだことを

思い出します。元来、欧州ではワインは水より安く、子供の頃からお茶がわりに飲んでいました。ワインが産業として成り立っているの、産地がどうの銘柄がどうのとこだわる一面もありますが、本来は日本人が考える程思考ばって飲むものではないのだと思います。

◇ 出席報告

八文字委員長

会員数	出席数	欠席数	本日の出席率
105名	59名	46名	61.46%

前週訂正出席率 66.67%

前々週訂正出席率 80.61%

◇ 会員メイクアップ

5/21 北海道2500R E C 櫻場 誠二

5/22 水戸R A C 西 修

5/24 名古屋みなと 秋山 現信

◇ にこにこBOX

谷川委員長

諸岡茨城県医師会会長……本日卓話をします。宜しくお願ひ致します。

川上第3分区ガバナー補佐……最後のガバナー補佐挨拶にお伺いしました。一年間ご協力ありがとうございました。

山崎(文)会員……ご無沙汰しております。今年度分ニコニコBOX達成致しました。

太田会員……督促されたので……。

飯田会員……自分と妻の誕生日。

横須賀(良)会員……本日第4回の研修会です。

講師は谷川先生です。皆様奮ってご参加下さい。内藤会員……地区親善野球大会、大変お疲れ様でした。川上ガバナー補佐、今日は宜しくお願ひ致します。

荻原会員……来月、妻の誕生日です。

鈴木(真)会員……これで目標達成です。

櫻場会員……6月2日、今年のピオトープ造り実施します。

北島会員……飯豊連峰の展望台と言われる鏡山に登ってきました。大展望でした。

横須賀(靖)会員……地区親善野球大会、二連敗と大敗致しました。秋の大会は優勝できるように頑張ります。

藤本会員……日曜日の地区親善野球大会お疲れ様でした！

神尾(友)会員……本日司会です。宜しくお願いします。

大和田会員……二川君、がんばって。

谷川会員……本日の夜、サポート委員会の研修会で話をさせていただきます。宜しくお願い致します。

本日の合計	15件	128,000円
5月の合計	52件	325,000円
累計	462件	2,738,400円

※本日、個人のレターBOXにニコニコBOX個人献金状況を配布致しました。個人目標3万円を達成していない会員は、ご献金下さいます様、宜しくお願い致します。

◇ 財団BOX

高沢 彰会員……財団の友献金
(第4回) \$ 100 11,200円
(累計 \$ 4,400)

飯田 信之会員……財団の友献金
(第6回) \$ 100 11,200円
(累計 \$ 2,600)

二川 泰久会員……財団の友献金
(第10回) \$ 100 11,200円
(累計 \$ 1,000)

鈴木 勝彦会員……財団の友献金
(第4回) \$ 100 11,200円
(累計 \$ 400)

この計	4件	44,800円
-----	----	---------

※本日をもって、今年度財団BOXの献金受付を終了します。今年度目標の85%でした。皆様のご協力ありがとうございました。

◇ 米山BOX

飯田 信之会員……米山功労者献金
(第2回) 10,000円
(累計 220,000円)

この計	1件	10,000円
-----	----	---------

※本日をもって、今年度米山BOXの献金受付を終了します。皆様のご協力により今年度目標を達成することができました。ありがとうございます

ございました。

◇ 幹事報告

二川幹事

1. 定例理事会を開催いたします。
と き 6月4日(火) 11:30
ところ 三の丸ホテル
議 題 1) 新会員所属委員会について
2) 退会会員について
3) 新会員候補者審議について
4) 水戸ロータリークラブ細則変更について
5) 茨城新聞社水戸市広報記事協賛について
6) 6月・7月例会プログラムについて
7) 会計報告について
8) その他
2. ロータリー情報委員会が開催されます。
と き 5月28日(火) 17:00
ところ リリースクエア6F プレゼンルーム
議 題 新会員オリエンテーション
3. 2019～2020年度ロータリー財団・米山奨学・ニコニコBOX委員会合同家庭集会在開催されます。関係会員の方々ご出席ください。
と き 6月10日(月) 19:00
ところ 山口楼「庵」
議 題 1) 2019～2020年度委員会活動について
2) その他
会 費 5,000円
4. 本日にて、ロータリー財団及び米山奨学寄付の受付を終了いたします。今年度、ご寄付されていない会員の方々宜しくお願い致します。
また、6月は決算時期ですので、委員会の活動において支払い等がございましたらお早めに会計までお申し出下さい。

◇ 2018-2019年度国際ロータリー第2820地区第24回地区野球大会

- 開催日 2019年5月26日(日)
会 場 水戸総合運動公園 軟式野球場
ホスト 水戸西ロータリークラブ
第1試合 水戸ロータリークラブ対牛久ロータリークラブ
第2試合 水戸ロータリークラブ対水戸南ロータリークラブ

試合結果については野球部のメンバーにお尋ねください。

残念な結果でしたが大いに親睦を深めることができました。

これからもご支援よろしくお願いたします。

監督 根本洋一郎



◇ サポート委員会主催研修会

本年度、ロータリーメンバーの研修、親睦のために4回の研修会を行いました。

ご参加頂きました皆様ありがとうございました。

サポート委員会 委員長 横須賀良一

第1回 日時 2018年9月25日(火)18:00より

場所 水戸証券株会議室

研修会「リーダーシップとは」

講師 大久保博之 会員

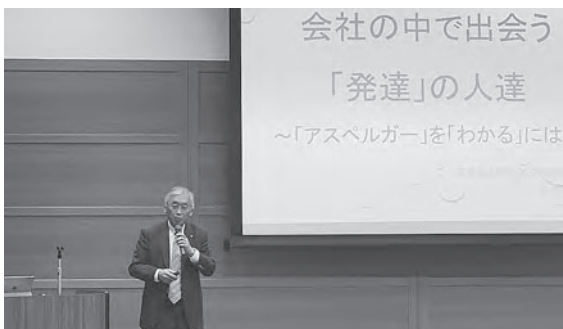


第2回 日時 2018年11月27日18:00より

場所 水戸証券株会議室

研修会「会社の中で出会う『発達』の人達
～『アスペルガー』を『わかる』には～」

講師 高沢 彰 会員



第3回 日時 2019年4月9日(火)18:00より
場所 リリースクエア6階プレゼンルーム
研修会「過労死について」
講師 村田 実 会員



第4回 日時 2019年5月28日(火)18:00より
場所 リリースクエア6階プレゼンルーム
研修会「脳の老化を防止し健康長寿のための口腔ケア」
講師 谷川 好一 会員



週報担当 片岡 宗巖 委員長

例会予告

6月11日(火)

卓話「今年度を振り返って」

高沢 彰 会員組織委員長

内藤 学 クラブ管理運営委員長

長野 久嗣 職業奉仕委員長

6月18日(火)

卓話「今年度を振り返って」

土子 仁志 社会奉仕委員長

高貫 修 青少年奉仕委員長

白田 礼治 国際奉仕委員長

6月25日(火)

卓話「今年度を振り返って」

牧 厚志 会長

二川 泰久 幹事

…… 例会欠席の方は、4日前までに事務局までご連絡下さい。……