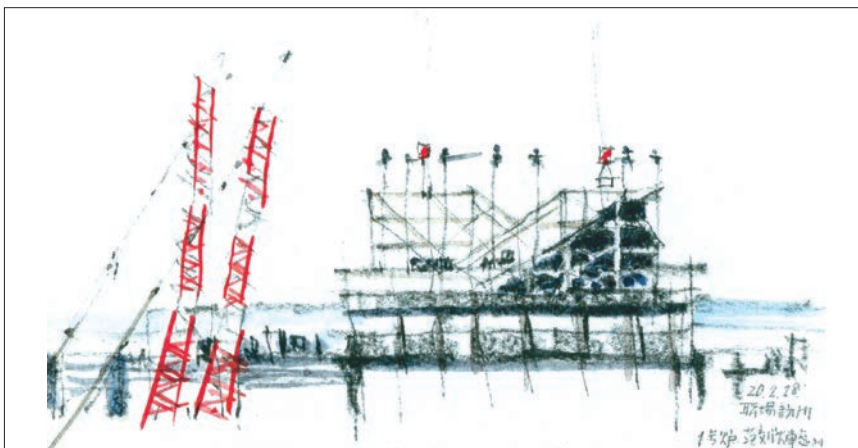


(2020-21年度 国際ロータリー・テーマ)



ロータリーは機会の扉を開く



「福島第一原発」(双葉郡大熊町)

コロナ禍でのトレーニング

山西 裕 (薬剤師)

2020年のトライアスロンレースは日本国内、国外のレースも含めてほぼ壊滅状態でした。レースが開催されないコロナ禍の中、日々のトレーニングをどのようにしていたのかをお話したいと思います。

スイムに関しては、プールの営業中止というのが痛かったです。お庭にプールがあるような身分でもありませんので、プール再開をひたすら待つという状況でした。もうこの際千波湖で泳げないものか何度も考えたものです。

バイク練習ですが、外出自粛という後押しもあってか、インドアでのトレーニングが一気に普及しました。ZWIFTというアプリを用いたバーチャルライドが一般的です。昔ロードバイクをローラー台に設置して、ハムスターのようにひたすら漕ぐという、練習というよりは修行のようなものでした。しかしZWIFTを使えば、画面上で移り変わる景色を見ながら、坂道があれば負荷がかかり、誰かの背後に入るとちゃんと風除け効果まで計算されて

楽に早く走れる、というなんとも楽しい練習ができます。バーチャルの中でレースも行われているため、世界各国のサイクリストと練習を楽しめるようになっています。

ランはトレッドミルという選択肢もあるのですが、個人的に外を走るのが好きなので、白い目で見られる時期もひたすら外を走り回っていました。距離に応じていくつかランニングコースを作っていますが、その時の気候や風景を楽しみながら汗をかくのはコロナなんて関係なく、相当なりフレッシュになります。

2021年は毎年楽しみにしている宮古島のレースは中止が決定しています。エントリーしているレースは、5月に行われるオクラホマ州でのアイアンマンですが、まず参加は叶わないでしょう。

「趣味はトライアスロンです」と公言していますが、そのうちに「趣味はトライアスロンの練習です」となってしまうようなこの状況。早く日常が戻ることを心から願うばかりです。

No. 18 2020・12・1

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 内藤 学 ■幹事 香嶋 貴

〒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/>



例年ですと、この時期にお話する内容としては、ホーチミン近郊の貧困地区での中秋祭ボランティア参加報告でしたが、新型コロナウイルスにより渡越が不可能になり、支援している現地ボランティ

ア団体の活動報告とさせていただきます。

その前にベトナムホーチミンへのボランティア支援の経歴について説明します。

2013-2014年度から支援がスタートしました。

そのきっかけは、2010.4-2012.3にお世話した米山奨学生グエン・ティ・ホアイ・アンさんと、当時の米山奨学委員長の成田浩明会員でした。

彼女が帰国した後も交流のあった成田会員が2013年に国際奉仕委員長となり、アンさんの所属する現地ボランティアサークル「Warm Wind Society」の存在を知り、ベトナムホーチミン市近郊貧困地区の子供達への支援連携が始まりました。

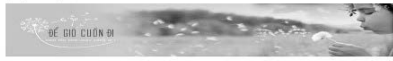
以前より日本は第二の故郷と公言していたアンさんは、自身の想いである「母国と日本の架け橋になりたい」との意思を現在有言実行している事になります。

当時からの支援内容は

1. 8月初旬の小学校新学期直前時期に学用品の贈呈
2. 9月中旬の中秋祭に現地訪問しゲームなどの遊びと学用品・お菓子の贈呈
3. 学校への修繕もしくは備品の支援
4. 最近では通学途中の橋の改修（架け替え）支援

となっています。

一年間の活動ですが、この中の9月中秋祭に昨年国際奉仕委員長でした土子会員と、本年幹事の香嶋幹事と成田会員・宮田会員と私荻原の5名で参加して来たことは昨年土子会員が報告した通りです。



2019年7月～2020年6月の活動報告

水戸ロータリークラブからの支援金

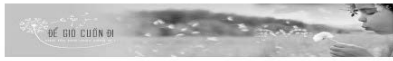
- ・ 振込金: VND96,300,000 ≈ JPY450,000
- ・ 現金: VND21,400,000 ≈ JPY100,000
- ・ 合計: VND117,700,000 ≈ JPY550,000

WWSが実施した活動の費用まとめ

- ・ 教育支援 (2019年8月): VND38,876,000 ≈ JPY181,663
- ・ 中秋祭 (2019年9月): VND30,733,000 ≈ JPY143,612
- ・ テト支援 (2020年1月): VND33,858,000 ≈ JPY158,215
- ・ 浄水器支援 (2020年4月): VND179,694,000 ≈ JPY839,691
- ・ 建設支援: VND48,000,000 ≈ JPY224,299
- ・ 合計: VND331,161,000 ≈ JPY1,547,481

また、建設支援とある橋の架け替えに関しては、完成竣工式に土子当時委員長と私で2月上旬訪越予定をしておりましたが、新型コロナウイルス感染が広まり、現地での式典が中止となり叶いませんでした。

本年度地区補助金を15万円から20万円に増額受領し、総額50万円の現地への支援を予定しております。



2020年7月～2021年6月の計画

・ 中秋祭	VND40,000,000
・ テト支援	VND40,000,000
・ 橋建設支援	VND60,000,000
・ 貧乏な人向けのチャリティーハウス建設支援 又は学校改造支援	VND60,000,000
・ 奨学金授与	VND36,000,000 (仮)
合計	VND236,000,000 (JPY1,102,803)

これがWWSの本年度活動計画となっており、それぞれに水戸ロータリークラブからの支援金が配布される予定となっていました。

しかし10月中旬から度重なる台風上陸と低気圧の関係で、ベトナムが大雨に見舞われ、特に中部においては大きな被害が発生しているようです。

そのような事態に、WWSから今年度行えていない教育支援の予算を、こちらの水害被害支援に回したいとの要請があり、急きょ理事会承認を経て支援変更を行いました。

現状現地活動も制限されている中で、今後どこまでの活動が可能か危惧されるところではあります。

しかしながら、渡航制限が解除された際には、ぜひ訪越したいと考えています。

◇ ゲスト紹介

米山奨学生 全 昶俊 さん

◇ 会長の時間

内藤会長

今月師走は「疾病予防と治療月間」です。コロナ第3波が蔓延してまいりました。大井川知事からも先週県南西地区に外出自粛要請が出ております。感染予防にくれぐれもご注意くださいと思います。例会開催も状況を見ながら適切に判断してまいります。

さて先週の卓話はRLIディスカッションリーダーによるロータリー財団についての研修でした。ディスカッションリーダーの皆様に改めて御礼申し上げます。財団寄付が鈴なりになればと思います。

さて、先ほどはクラブフォーラムにご協力ありがとうございました。7人目のガバナー輩出は水戸ロータリークラブにとっても大変名誉なことでもあり、クラブ全体でサポートしていきたいと思います。ご協力よろしくお願い申し上げます。また12月定例理事会では、次年度役員理事候補者も承認されました。今月中に開催されます年次総会にて改めて岡崎会長エレクトからご紹介いただきます。さて今日の卓話は荻原国際奉仕委員長による「ベトナム支援報告」です。

次週は、パラリンピアンである山口凌河さんの卓話です。是非ご期待ください。最後にコロナ禍の中、懸命に治療いただいている医療関係者の皆様に心から感謝を申し上げまして会長の時間と致します。

◇ 出席報告

後藤委員長

会 員 数	出 席 数	欠席数	本日の出席率
120名	83名	37名	74.77%

前週訂正出席率 82.14%

◇ 会員メイクアップ

11/25 茨城大学 R A C 安 圭一
REC Sunrise of Japan 鈴木 直行
ワールド大阪 R E C 秋葉 良孝
11/30 東京米山 R E C 2750 秋山 現信

◇ にこにこ B O X

鈴木(勝)委員長

荻原会員……①本日卓話担当します。②先日ゴルフ同好会例会優勝しました。

石島会員……来年は年男になります。

大久保会員……何かとお世話になります。来年は良い年になります様に。

香嶋会員・白田会員……今月も宜しく願い致します。

沼田会員……北口にドトールオープンしました。

山口(晃)会員……皆様の温かいお気持ちにグッときました。ありがとうございます。

寺門会員……コロナ禍の師走、もうひと頑張り。

田中(邦)会員・益子会員……誕生日プレゼントありがとうございます。

吉原会員・青沼会員・山西会員……誕生祝ありがとうございます。

浪川会員……家内の誕生祝いありがとうございます。これがないと忘れてしまいますので。

川崎(隆)会員……妻の誕生祝ありがとうございます。

岡本会員……妻の誕生祝いありがとうございます。

渡辺(孝)会員……妻への誕生日プレゼント、誠にありがとうございます。

本日の合計	18件	100,000円
-------	-----	----------

◇ 財団 B O X

田中 邦彦会員……財団の友献金

(第8回) \$100 10,500円 (累計 \$1,800)

この計	1件	10,500円
-----	----	---------

◇ 米山 B O X

内藤 学会員……米山功労者献金

(第2回) 10,000円 (累計 320,000円)

川崎 洋会員……米山功労者献金

(第7回) 10,000円 (累計 270,000円)

香嶋 貴会員……米山功労者献金

(第3回) 10,000円 (累計 230,000円)

谷川 好一会員……米山功労者献金

(第10回) 10,000円 (累計 200,000円)

藤田 卓也会員……米山功労者献金

(第2回) 10,000円 (累計 120,000円)

浪川 洋一会員……準米山功労者献金
(第4回) 10,000円(累計 40,000円)
秀 洋一会員……準米山功労者献金
(第3回) 10,000円(累計 30,000円)

この計	7件	70,000円
-----	----	---------

◇ 幹事報告

香嶋幹事

1. 2021～2022年度国際ロータリー会長は、インドのシェカール・メータ氏が選出されています。カルカッターマハナガル・ロータリークラブ(インド 西ベンガル州)所属です。

2022～2023年度国際ロータリー会長にカナダ・オンタリオ州ウィンザー・ローズランド・ロータリークラブ会員のジェニファーE. ジョーンズ氏が選出されました。10月1日に会長ノミニーとして宣言されました。就任すれば、115年に及ぶロータリーの歴史で初の女性RI会長となります。

ジョーンズ氏は、1997年にロータリークラブに入会し、RI副会長、理事、研修リーダー、各種委員長、ガバナーを歴任しました。超我の奉仕賞、ロータリー財団功労表彰状を受賞している他、アーチ・クランフ・ソサエティ、ポール・ハリス・ソサエティ、ロータリー財団遺贈友の会会員です。

◇ 11月定例理事会報告

日時 10月27日 11:30～12:00

場所 ホテルテラスザガーデン水戸

議題 1) 新会員所属委員会について
2) コロナウイルスに関する出席免除について
3) 指名委員会及び開催について
4) 年次総会開催日について
5) ガバナー公式訪問について
6) 第3分区IMについて
7) 第3分区チャリティ親睦ゴルフ大会について
8) 2021-2022年度地区委員推薦について
9) 創立70周年記念事業について
10) 新年家族例会について
11) 11月・12月例会プログラムについて
12) 会計報告
13) その他

報告依頼事項

- 1) 友のお供新聞 52号について
- 2) 次回定例理事会
12月1日(火) 11:30～ 三の丸ホテル

◇ 12月定例理事会報告

日時 12月1日 12:30～12:00

場所 三の丸ホテル

議題 1) コロナウイルスに関する出席免除について
2) 退会会員について
3) 2021-2022年度役員・理事(案)について
4) 2023-2024年度ガバナーノミニデジグネートについて
5) 新年家族会について
6) 創立70周年記念例会について
7) 2021年国際ロータリー年次大会(台北大会)について
8) 12月・1月例会プログラムについて
9) 会計報告
10) その他

報告依頼事項

- 1) 友のお供新聞 53号について
- 2) 次回定例理事会 1月12日(火) 11:30～
ホテルテラスザガーデン

◇ ロータリー研究会

11月25日(水) 第49回ロータリー研究会がZoomにて会議して開催されました。

参加者 内藤会長、井上会員、成田会員、衣笠会員



●今週のなぞかけ●
● 重病人に対応する医療従事者の皆様 ●
● とかけて、高性能のカーナビとときます。 ●
● そのころはどちらも、ジウタイ(重 ●
● 体・渋滞)をカンチ(完治・感知)し ●
● ます。 ●



週報担当 白田 礼治 委員長

例 会 予 告

12月15日(火)
— イニシエーションスピーチ —
卓話「我が生立ちとうまい樽生ビールについて」
渡辺 孝幸 会員

12月22日(火)
卓話「電話相談活動の現状」
茨城いのちの電話
水戸事務局長 平野美和子 氏

12月29日(火)
— 定款第7条第1節により休会 —

…… 例会欠席の方は、4日前までに事務局までご連絡下さい。……