

(2021~2022年度 国際ロータリー・テーマ)



奉仕しよう みんなの人生を豊かにするために



「梅香る弘道館」(水戸市)

月曜断食にチャレンジ中

鎌倉 孝光 (総合建設請負)

9月21日、クラブ会報委員長の長野さんからメールが来ていたのは知っていたが、提出期限を見逃していたのが失敗だ!

『そんなに早く順番は来ないだろう』『コロナも落ち着いたことだし、コキアの紅葉、袋田の滝、笠間の栗、常陸秋そば・・・今年は茨城を満喫して文章にできる』と高をくくっていたのだが、提出期限が迫っていた。時間がない!

緊急事態宣言解除後で、今まで巣ごもりしていたから何もトピックスがないなあ。と、長い前置きをして、『あっ! そうだ・・・』

先日、1分間スピーチでお聞きした『月曜断食』という言葉に惹かれて、帰宅の足で早速本屋さん(無論エクセルの川又書店です!)へ直行、タッチパネルで検索して本棚へGO。

『あった。あった。これだ!』ざっと立ち読みして『これならできる』と決断し購入して帰ったのが9月16日。まずは始めて見ようと連休明けの9月21日(火)断食決行。なぜ火曜日? 最初から挫折しちゃういけないから月曜じゃないけど仕事のある日にした。水を1.5リットル以上飲むのがルールだ。『うーん口寂しい』20年前に禁煙した時に似ている。本によれば人によって初めの1, 2回は辛いらしいが、何とかのり越えた。

断食の日(月)→回復食の日(火)→良食の日(水~金)→美食の日(土・日)。月曜日が断食なのがよい。仕事をしながらであれば気が紛れて挫折しないだろうと思ったが、やはりそうだ。辛くなったら早く寝てしまって、食事ができる火曜日の朝を早く迎えるようにした。

本に書いてあるレシピを参考に自炊もしているが、コンビニ食でも手軽に代用できるものもあって割とハードルが低いのもいいと思う。食べる量も拳2個分の量を目安にするので胃も小さくなってきたようだ。量を守れば茨城の秋の味覚も美食の土日に満喫できる。まだまだ会食が予定に入っていないのも助かっている。

この原稿を書いている10月10日までで3回の断食を行ったが、マイナス3.4kgというところ。数字が励みになる励みになる。徐々に断食の辛さもなくなってきた。同士のインスタもあるようだ。今度覗いてみよう。

そういえば、昨年不整脈でカテーテルアブレーションをしてからも薬を飲み続けているが、主治医から『体重が減ったら薬も止められるよ』と、言われているんだ。頑張ってるから薬から解放されよう。続きは次回の巻頭言で・・・。

No. 12 2021・10・19

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 岡崎恵一郎 ■幹事 白田 礼治

〒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/>



茨城ロボッツ代表西村です。山谷前社長のバトンを継ぎ、2021年7月より新社長となりました。茨城ロボッツは昨シーズンB2で準優勝し、新シーズンよりB1に昇格いたしました。10/16(土)・10/17(日)にアダストリア水戸アリーナにて宇都宮ブルックスを迎えてホーム開幕戦を行いました。次は10/23(土)・24(日)神栖防災アリーナにてホームゲームがありますので、お誘い合わせの上、アリーナに観戦にお越しいただければ幸いです。

さて、先日のオリンピックでもバスケットは注目を集めました。女子バスケットが銀メダル。車いすバスケットも銀メダル。男子バスケットも予選敗退となりましたが、八村塁や渡邊雄太が活躍しました。日本の代表的なスポーツとして「昭和は野球、平成はサッカー、令和はバスケット」と言われています。まさにバスケットはこれからの時代に求められているスポーツと言えると思います。経営者たるもの、色々な人にモテることは大事だと思います。新入社員など若い人にモテるには、令和ではバスケットを知っていることは大事になってきます。特に若い女性にモテたいならバスケットを知ってください。

世界のスポーツ競技人口では、バスケットボールがサッカーを押さえて世界1位です。これにはカラクリがあります。男女の競技人口だからです。女子サッカー部のある中学校を探すのは難しいと思いますが、女子バスケット部のない中学校を探すのも難しいです。要するにバスケットボールは女性に親しみを持ってもらっているスポーツなのです。Bリーグでは入場者の50%が女性です。若い女性にモテたいなら、令和はバスケットを知っていると有利になります。

バスケットは起業家の関心も集めています。ソフ

トバンクの孫社長がBリーグに出資し、楽天の三木谷社長がNBAにスポンサードし、ホリエモンもBリーグクラブのアドバイザーになったりしています。彼らがバスケットに興味を示すのは、他のスポーツと比べて収益性が高いからです。バスケットは60試合と1シーズンの試合数が多いです。さらにアリーナとして考えると毎日でも興行ができます。バスケット以外にもコンサートや演劇なども可能です。これがJリーグだと1シーズンで35試合程度ですし、天然芝なので他の興行をやるのが難しいです。また抱える選手の数がバスケットは最大で13名に比べるとサッカーや野球は30名や70名近くになります。当然ながら選手人件費は高くなります。このようにバスケットは収入が多く、コストが少ない構造なので、収益性が高いといえます。おかげさまで、Bリーグは発足当初から売上が2.7倍となっています。

さて、そんなBリーグの中でB1に上がったロボッツですが、「10年以内に日本一になる」と目標を立てました。10年は長いと思われる方もいると思いますが、本気だから10年としました。ロボッツは街に誇りと元気を届ける存在になりたいと思っています。そのためにはやはり勝たないといけません。子供は「おらが街」を選ばません。同じく「おらが街のチーム」も選べないのです。おらが街のチームが負け続けたらどうでしょうか？自信を失い、「どうせ俺なんて」と言うかもしれません。街に誇りを持つことも難しいでしょう。逆におらが街のチームが強ければ、「今日も茨城水戸が、東京に勝った。大阪に勝った。栃木に勝った」と小さな子供の意識に刷り込まれます。子供たちは「茨城水戸に生まれ、育ってよかった」と誇りを持ち、日々の生活にも元気が出ると思います。また、水戸に戻ってくることもつながると思います。

皆さんと一緒に日本一のスポーツチームを水戸に作りたいと思います。今後ともご支援ご声援のほど、どうぞよろしくお願い致します。

◇ ゲスト紹介

茨城ロボッツ・スポーツエンターテインメント
代表取締役 西村 大介氏

◇ 1分間スピーチ

「千波湖ビオトープ2021 第2弾」報告
片岡 宗巖 会員
「小田原市を訪ねて感じた事」
香嶋 貴 会員

◇ 会長の時間

岡崎会長
10月13日(水)、常磐大学高校1年生に対する「社会人講話」で「歯科の仕事」についての話を担当させていただきました。高校生が職業選択の参考にするための時間です。歯科以外にも、IT、銀行、消防、自衛隊、様々な業種の方がいらっしゃいました。

この社会人講話、数年前まで水戸ロータリークラブの協力で実施されてきました。2007-08年に私が入会后初の委員長（インターアクト委員長）をさせていただいたとき、委員会にいらっしゃいました西野虎之助元会員に青少年奉仕についていろいろと相談をさせていただきました。2008-09年には青少年奉仕委員長を担当させていただき、常磐大学の小櫃会員にお願いし新世代を育成するプロジェクトを立ち上げ、2009年3月13日(金)常磐大学高校1年生を対象に4名の会員が進路選択について講演しました。その時は、佐久間元会員（医療）、鈴木尚元会員（情報）、松本元会員（保険）、三瓶元会員（建設）の4名にお願いしました。

それから12年。巡り巡って、講話を担当させていただきましたので、今回、感慨深いものがありました。

それでは、本日もよろしくお願いいたします。

◇ 2021～2022年度地区委員委嘱状伝達

岡崎会長より、小田部 卓会員には地区危機管理委員委嘱状が伝達されました。

◇ 出席報告

山口(晃)委員長

会員数	出席数	欠席数	本日の出席率
122名	88名	34名	76.52%

(内Zoom出席6名)
前週訂正出席率 79.49%

◇ 会員メイクアップ

10/12 北海道2500REC 豊崎 一彦
10/18 北海道2500REC 磯崎 寛也
10/19 社会奉仕活動（千波湖ビオトープ）
白田 礼治、横須賀 靖、櫻場 誠二
片岡 宗巖、沼田 邦郎

◇ にこにこBOX

鈴木(勝)委員長
小川(洋)会員……入会させて頂きありがとうございます。よろしく願い致します。
内藤会員……ロボッツ西村社長、よろしく願い致します。GoGoロボッツ！
益子会員……父の葬儀に際しましてご厚情を賜り、誠にありがとうございました。
山口(晃)会員……10月16日に食彩の王国で山口楼本店が新米を紹介しました。
谷川会員……コロナウイルスに対する3回目のワクチン接種の接種券が市町村より送付されます。是非接種をお受け下さい。
吉原会員……寒くなりました。
沼田(邦)会員……寒くなりました。風邪などひかぬように頑張りましょう！GoGoロボッツ！
秋葉会員……寒くなり本業の季節がやってきましたが、原油高が痛いです。
宮崎会員……お久しぶりです。
渡邊(幹)会員……バースデーありがとうございました。
本島会員……プレゼント、ありがとうございます。
渡辺(孝)会員……8月の誕生日プレゼントありがとうございます。
細井会員……妻誕生日ありがとうございます。9月にも関わらずニコニコ大変遅くなりました。

本日の合計	13件	70,000円
-------	-----	---------

◇ 財団BOX

- 岡崎恵一郎会員……財団の友献金
 (第2回) \$100 11,200円
 (累計 \$2,200)
- 小田部 卓会員……財団の友献金
 (第1回) \$100 11,200円
 (累計 \$2,100)
- 大関竜太郎会員……財団の友献金
 (第4回) \$100 11,200円
 (累計 \$400)

この計	3件	33,600円
-----	----	---------

◇ 米山BOX

- 高沢 彰会員……米山功労者献金
 (第5回) 10,000円 (累計 450,000円)
- 岡崎恵一郎会員……米山功労者献金
 (第6回) 10,000円 (累計 360,000円)
- 内藤 学会員……米山功労者献金
 (第6回) 10,000円 (累計 360,000円)
- 鯉沼 弘之会員……準米山功労者献金
 (第9回) 10,000円 (累計 90,000円)
- 大関竜太郎会員……準米山功労者献金
 (第7回) 10,000円 (累計 70,000円)
- 石川 真也会員……準米山功労者献金
 (第3回) 10,000円 (累計 30,000円)
- 西 修会員……準米山功労者献金
 (第1回) 10,000円 (累計 10,000円)

この計	7件	70,000円
-----	----	---------

◇ 幹事報告

白田幹事

1. 10月定例理事会において、2021~2022年度の指名委員会が承認されました。

- ◎委員長 岡崎恵一郎
- ◎副委員長 川名 信博
- ◎委員 砂押 憲正、牧 厚志、
高沢 彰、内藤 学、
白田 礼治

2. 米山記念奨学会日本文化体験の研修会のご案内が来ております。

と き 10月30日(土)

日 程

水戸方面 集合 水戸駅南口 ホテルテラス
ザ ガーデン水戸前

出発 7:55

つくば方面 集合 筑波大学 大学会館前
バス停・つくば駅

出発 7:45→8:00 (つくば駅)

内 容 陶芸体験・笠間稻荷神社稲光閣での
雅楽見学他・和服体験・茶道など

ご案内先 クラブ会長幹事・米山奨学委員長・
米山カウンセラー
米山奨学生

3. 第1回地区職業奉仕セミナーが開催されます。

と き 11月23日(火・祝)

登録 12:30 (Zoom 入室開始)

開会 13:00 閉会 17:00

ところ ホテルグランド東雲 2F

出席者 豊崎 一彦 職業奉仕委員長
大久保博之 ガバナーノミニー
高原 裕 会員、横須賀良一 会員
片岡 宗徹 会員



週報担当 長野 久嗣 委員長

例 会 予 告

11月2日(火) 於 水戸三の丸ホテル
卓話「今年度の挿絵について」
横須賀満夫 会員

11月9日(火) 於 水戸三の丸ホテル
—ガバナー公式訪問—
記念講演「奉仕しよう
みんなの人生を豊かにするために」
第2820地区ガバナー 新井 和雄氏
(下館RC)

11月16日(火) 於 水戸三の丸ホテル
—イニシエーションスピーチ—
卓話「わたしとPTA」
畠山 佳樹 会員

…… 例会欠席の方は、4日前までに事務局までご連絡下さい。……