

(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)

ご飯を炊く

山口 晃平 (日本料理)

2021年の8月、9月の緊急事態宣言で外食に出なくなったり、出られなくなったりの方が多いのでしょうか？

私も料理業という職性もあり夜、自宅にいる事が増えました。その時、思い立ったのが「ご飯を炊く」という事でした。実は長い間、自分でお米を炊くというのは避けてきました。

私は若い頃、修行していた浅草の料亭で1年間、1日、平均して5升くらいお米を炊いた経験もあり出来ないという訳ではありません。その時に染み付いてしまったお米を炊く事へのこだわりや幼少期から祖父や父と「ご飯」についての議論をしていたのが脳裏をよぎり、始めてしまうと面倒くさい事になるというのが容易に想像できたからでした。何故なら私は研ぎ始めから出来上がりまで3時間くらいかかります。

まず5合炊きのお釜では、美味しく炊くには2～3合が適量だと思います。最初にお米をボウルに2合移し直接お水がお米に当たらないように注ぎ表面の汚れを吸わない様にすぐ捨てます。2回目は少量のお水を入れてお

米の表面の汚れだけを落とすように柔らかく研ぎます。そして水で手早く何度も流し、水が透明度を増しながらもほんの少し白濁する部分がある位まで洗います。その後、深めのザルに開け壁面にお米を貼り付け1時間位、乾燥させます。十分に乾燥が確認できたら炊飯器のお釜に移し2合より気持ち多めの水を張り、最低1時間浸水させます。最後に炊飯器のボタンをピッ。決して難しい技術はありませんが時間と手間だけです。少し蒸らし宮島（しゃもじ）で底から回したご飯は正に銀シャリ。おかげはあまり必要ありません。その後、その日のお米を私に提案した調理長と特性や課題を30分位、電話で話してようやく終了。

冷静に考えると本当に面倒くさいのですがそれ以外の焼き方ができません。

しかしながら緊急事態宣言下で何もできない状況ではありましたが、和食の究極であるお米という食材を見つめ直す事ができたのは良い機会だったと思います。ただお米の炊き方については全ての料理人が自らのレシピがあるのでこれが正解と思わないでくださいね。

No. 20 2021・12・21

1951年3月6日設立
1951年3月15日RI認証

■事務所

〒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.mitо-rc.jp/>

水戸ロータリークラブ

■会長 岡崎恵一郎 ■幹事 白田 礼治

■例会日
毎週火曜日・12時30分
常陽銀行本店8階

【卓話】ローターアクト活動報告

水戸R A C 会長 青木 菜摘さん
幹事 大竹 麻子さん



青木 菜摘さん



大竹 麻子さん

日頃より、水戸ローターアクトクラブの活動にご支援賜りまして、誠にありがとうございます。また、本日はローターアクト活動報告の貴重な機会をいただきまして、ありがとうございます。昨年度に引き続きまして今年度も会長を務めております青木菜摘と申します。本日はよろしくお願ひいたします。

現在、水戸ローターアクトクラブは男性5名、女性6名の計11名で活動しております。本年度は水城高校インタークトクラブ卒業の会員1名が入会し、19歳～32歳までの幅広い年齢層と様々な業種のメンバーで活動しております。「アクトに入ったきっかけは？」と聞くと「上司に勧められて…」という声が多数であり、ロータリアンの皆様からの熱いご支援の下、活動させていただいております。

さて、昨今のコロナ禍で当クラブも苦戦を強いられているのが現状です。しかし「コロナだからこそできることを」と視点を切り替え、オンラインを有効活用した例会含め、試行錯誤しながら例会を運営しています。対面ができるときには、積極的にコミュニケーション例会を行ったり、オンラインの時には自己紹介・企業紹介卓話やディスカッションを行ったりと、当初の年度計画と比較するとなかなか予定通りにとは行きませんが、「コミュニケーションを重視し、その上でアクトとしてできる活動をメンバー間で話し合い、楽しく活動していこう」という考えの下、毎月2回充実した例会を運営することができます。

11月3日の茨城海岸美化プロジェクトでは、当クラブから7名の会員が参加しました。久しぶりの奉仕活動、そして対面ということもあり、全員が楽しみにしていたプロジェクトでした。今年度の当クラブのクラブターゲットが「Sustainability」ということもあり、SDGsについての学びを深めることができました。当日、青少年奉仕事業として実施しましたエンド

ボリオ募金でもロータリアンの皆様からご協力いただき、大洗海岸では105,885円の募金が集まりました。ご協力いただき誠にありがとうございました。

また、今年度は水城高校インタークトクラブと合同で例会を実施しました。ローターアクトについての卓話や企業紹介卓話、インタークトーとのディスカッションを通じて「一緒にできるSDGs活動について考えました。合同例会を経て、将来的にローターアクトに興味を持ち入会してくれる会員が増えることを期待しております。

奉仕事業の一環として、昨年度に引き続き「ペットボトルキャップの回収」を実施予定となっております。昨年度は180キロ集まり、高浪化学さまを通じ、値段にして3600円の寄付となりました。私たちもまさかこんなに集まるとは思っていなかったので、とても驚きました。今年度は水城高校インタークトクラブも合同で実施したいと言つていただき、年明け以降に回収し寄付予定となっております。また昨年水戸市より認定いただきました「道路の里親制度」も来年2月～5月に1回目を実施したいと計画しております。詳細等が決まりましたら、ご案内いたします。

3月には3年ぶりとなる地区大会もつくば学園ローターアクトクラブホストで開催予定となっております。お忙しい中とは思いますが、ご登録お待ちしております。

最後になりますが、私自身ローターアクトクラブを6年続けているのはどうしてだろう、と考えてみたときに一番は「ローターアクトの活動を通じて学んだことを仕事で活かすことができているから」だと感じております。入会当初は、ほぼ活動には参加せず、先輩方には迷惑しかかけていなかったのですが、ちゃんと参加してみた時に「楽しい」と感じ、ローターアクトの活動に積極的に参加するようになりました。それ以降、不思議なことに仕事に対するモチベーションも上がり、少しづつですが仕事上でも実績を上げることができました。あるロータリアンさんの卓話で「サードプレイス」という言葉を聞き、水戸ローターアクトクラブが会員全員のサードプレイスになればいいなと感じ、そのような居心地のいいクラブを運営していくことが会長としての目標です。

今後とも水戸ローターアクトクラブをよろしくお願ひいたします。

例会報告

12月第3例会

司会 小野瀬委員

◇ ゲスト紹介

水戸RAC 会長 青木 菜摘さん
幹事 大竹 麻子さん
米山奨学生 趙 文琪さん

◇ ポール・ハリス・フェロー認証状及びピン伝達

岡崎会長より、中村 三喜会員、山口 政美会員には、ポール・ハリス・フェロー認証状及びピンが手渡されました。

◇ 米山奨学生挨拶

趙 文琪さん



近況報告ですが、研究室で長野県の地域調査を行いました。班長として市役所をはじめ町内会の方々とお話をし、日本人の生活や文化がより良く理解できるようになりました。とても良い経験となりました。

本年も10月から来年3月まで、国立開発研究法人科学技術振興機構の次世代研究者挑戦的研究プログラムに採用されることとなりました。よって10月以降の米山奨学金を辞退することとなりました。米山奨学生になり半年、短い時間でしたが、こうやって例会に参加させていただいたり、大洗の海岸美化に参加させていただしたりと人生の中でもとても貴重な経験をさせて頂き、大変感謝しています。

これから例会の参加は難しくなりますが、皆さんとの絆はこれで終わりではなく、今後とも縁を大切にしていきたいと考えています。半年間有難うございました。

◇ 次年度会場監督について

次年度会場監督は、次年度理事会に於いて、高沢 彰会員にご承認いただきました。

◇ 会長の時間

岡崎会長

本日で、ロータリ一年度折り返し地点となりました。活動に制限がある中、会員の皆様には種々事業にご協力いただき感謝申し上げます。1月からも水戸市との協定をはじめ一歩一歩進めていきたいと思います。

現時点では、会員間の懇親がなかなかできておりません。何とか工夫をして懇親を深められればと思います。

皆様、よいお年をお迎えください。

◇ 出席報告

成田副委員長

会員数	出席数	欠席数	本日の出席率
123名	85名	38名	75.22%

(内Zoom出席4名)

前週訂正出席率 82.35%

◇ 会員メークアップ

12/6~20 水戸市内6RC合同例会動画視聴

岡崎恵一郎、白田 礼治、藤田 卓也、二川 泰久、稻毛 一樹、鎌倉 孝光、長野 公秀、根本洋一朗、荻原 武、小野瀬貴久、大崎 則彦、大関竜太郎、櫻場 誠二、櫻井 紳一、関根 貴雄、篠田 吉孝、篠崎 和則、高沢 彰、田中 邦彦、豊崎 一彦、上野 淳、山口 政美、山西 裕、安 隆之
12/15 北海道2500REC 磯崎 寛也
12/17 仙台西RC 秋山 現信
12/18 社会奉仕・ロータリー財団委員会 土子 仁志

◇ にこにこBOX

鈴木(勝)委員長

小宅会員……本日、水戸ローターアクトの青木会長、大竹幹事の卓話を行わせて頂きます。よろしくお願ひ申し上げます。

石井会員……岡崎会長、白田幹事さん、半年御苦労様でした。

内藤会員・谷川会員……一年間大変お世話になりました。皆さん良いお年をお迎え下さい。

清水会員……良いお年をお迎え下さい。
成田会員……少し早いですが、穏やかな新年をお迎え下さい。

香嶋会員……1年間お世話になりました。来年も宜しくお願ひ致します。

荻原会員……来年、良い年となります様に。

沼田(元)会員……来年もよろしくお願ひします。

安(圭)会員……今年もうすぐ終わりですね。

中庭会員……今年ありがとうございました。来年もどうぞよろしくお願ひ致します。

久保田会員・小原会員……一年間大変お世話になりました。良い年をお迎え下さい。

大崎会員・奥野会員……今年も大変お世話になりました。

本島会員・石川(也)会員……今年一年間ありがとうございました。

佐藤会員……二川さん、昨日はごちそうさまでした。またお願いします。

秋葉会員……今年もあと少し、皆様お身体ご自愛下さい。

細井会員……無事に年末を迎えました。

櫻井会員……何とか、一年乗り越えることが出来ました。感謝です。

阿部会員……途中入会しましたが、来年もよろしくお願い致します。

吉原会員……ゴルフ同好会コンペ優勝しました。

衣笠会員・和田(幾)会員・幡谷会員……誕生祝ありがとうございます。

渡辺(孝)会員・岡本会員……妻への誕生日プレゼントありがとうございます。

本日の合計	28件	165,000円
12月の合計	59件	375,000円
累 計	301件	1,757,800円

◇ 財団B O X
(12/14扱)

櫻井 紳一会員……財団の友献金(ポリオプラス)
(第1・2回) \$200 22,800円 (累計 \$200)

この計	1 件	22,800円
-----	-----	---------

(12/21扱)

和田幾久郎会員……財団の友献金
(第1回) \$100 11,400円 (累計 \$1,100)

阿部 歩会員……財団の友献金
(第1回) \$100 11,400円 (累計 \$100)
津田 祥一会員……財団の友献金
(第1回) \$100 11,400円 (累計 \$100)

この計	3 件	34,200円
-----	-----	---------

◇ 米山B O X
(12/14扱)

富田 敬子会員……準米山功労者献金
(第3回) 10,000円 (累計 30,000円)
櫻井 紳一会員……準米山功労者献金
(第1・2回) 20,000円 (累計 20,000円)
田中 祥之会員……準米山功労者献金
(第1回) 10,000円 (累計 10,000円)

この計	3 件	40,000円
-----	-----	---------

(12/21扱)

土子 仁志会員……米山功労者献金
(第8回) 10,000円 (累計 180,000円)

阿部 歩会員……米山功労者献金
(第1・2回) 20,000円 (累計 20,000円)

この計	2 件	30,000円
-----	-----	---------

◇ <会員からの俳句・短歌・川柳>

◇ 今週の俳句

明日朝に 初雪予報 舞う心

照沼 重輝

烈公の 梅の木黒く 年暮るる

北島 ふうえん 風鳶

◇ 今週の連歌

三の丸 弘道館から 大手橋

渡れば二の丸 水戸城跡

大手橋 潜れば白壁 角櫓

その先見ゆる 本城橋

深き谷 超えれば本丸 薬医門

左那珂川 右千波湖

水都美都魅都 ここは御三家 水戸徳川

誇り高き 我が城下町

牧 厚志



例 会 予 告

1月18日(火)

新年例会 於 水戸東照宮

卓話「三味線漫談」

林家あずみ 氏

1月25日(火)

於 ホテルテラス ザ ガーデン水戸

—イニシエーションスピーチ—

奥野 康作 会員

2月1日(火)

於 ホテルテラス ザ ガーデン水戸

—イニシエーションスピーチ—

富田 敬子 会員