

# パワー浜松ロータリークラブ週報 2014年1月21日号

パワー浜松ロータリークラブ(2013-14年度会長:松本好司)  
〒430-7733 浜松市中区板屋町 111-2 オークラアクトシティホテル浜松 4307 号室  
Tel:053-452-0800 Email:info@power-hamamatsurc.jp http://www.power-hamamatsurc.jp  
創立:2002年10月22日 認証伝達式:2003年4月29日 スポンサークラブ:浜松中RC

## 本年度テーマ:Rotary Mind、Rotary Wayを確認しよう ～心で感じて・考えて・活動しよう～



### 第519回例会1月21日(火)AM7:30~8:30オークラアクトシティホテル浜松4F平安の間

- 司会: 近藤雅彦、鈴木和行 ■点鐘:松本好司
- ロータリーソング:「希望のエネルギー」「夢のみずうみ」
- ゲスト:青少年交換留学生 マリーヌさん
- ビジター:浜松南RC 原田肇様、浜松RC 鈴木健一様
- 議事:職業奉仕PJ 鈴木孝尚会員卓話『お米を通しての職業奉仕の実践』

### 出席報告

本日出席率  
56/80名  
70.00%  
前々回出席率  
91.25%



### 会長挨拶

本日の朝の食事いかがでしたでしょうか。角十の鈴木孝尚さんに玄米を持参していただきました。初めて4種類の玄米を食べお米は日本の原点だと感じました。鈴木さんありがとうございます。

ロータリーの会長として、1月5日浜松青年会議所の賀詞交換会、10日は浜松中ロータリー創立記念例会に出席いたしました。直近では、日曜日に弊社でも新年会をオークラで行いました。その中で60才を過ぎロータリーを退会された方がみえました。入会后20年近く活動してきたが、けじめをつけたいと思い、退会したとのことでした。青年会議所等の業界団体では卒業があって区切りがつかますが、ロータリーは卒業がないので、入会と同時に年齢・職業に関らず皆さん平等で、お互いを認め合いながら職業奉仕をしていくことができる団体である事を改めて確認できずばらしいと思えました。

昨年度から始めた未来夢プロジェクトでは、皆さんの提案をいただきながら、活動を続けていきたいと思えます。奉仕活動を通して地域に貢献していきたいと思えますので、ご協力をよろしくお願いいたします。



### 委員会報告

クラブ研修リーダー 小澤副研修リーダー  
先日17日金曜日にオークラにてクラブ研修会リーダー主催の研修会・懇親会が行われました。十期会メンバー、高木パスト会長、小林会長エレクト、多数の出席をしていただきありがとうございます。  
会計部会・安間利広  
今月会費の引き落としがありますので、残高の確認をお願いします。  
松本会長・諸星幹事  
前回欠席だった地区の委嘱状をジョーさんにお渡しします。2014年度2015年度国際奉仕委員会青少年交換委員を委嘱致します。ご協力をお願いいたします。



### 幹事報告

本日レターケースにガバナー月信を配布しました。ご確認ください。また、本日の卓話の玄米食についてのパンフレットを入れてあります。

2月9日地区大会に28名の出席を頂きました。レターケースに当日のバス予定を入れてあります。集合は午前7時で、オークラ北口玄関入口です。直接行く方は、幹事、もしくは事務局まで連絡してください。

先週の土曜日合唱の練習、ありがとうございました。今週土曜日もありますので、ご参加をお願いします。

次回例会は会場監督担当で合唱練習です。



### スマイル報告

**鈴木孝尚**  
本日は卓話をさせて頂きありがとうございました。つたない卓話でしたが、私にとって貴重な体験でした。これを機に、職業奉仕の実践を日々目指して頑張る所存です。ありがとうございました。

**小澤邦比呂**  
先週17日にオークラアクトシティホテル浜松3階メイフェアの間でクラブ研修リーダー主催の研修及び懇親会が開催されました。十期会のメンバー含む34名の方々の出席を頂きました。とても有意義な時間を持ってましたこと感謝いたします。ありがとうございました。

**山本英夫**  
来月2月から「経営の学校・浜松」という経営の基本について学ぶやさやかな学びの場と機会をつくって進めていきます。微力ながら、精一杯努めさせて頂きます。経営コンサル20年間のまとめの内容となっています。「〇△□(マル、サンカク、シカク)の経営」が、基本テーマとなっています。宜しかったらどうぞ。

**原田道子**  
1月24日に四ツ池公園の裏通りを通り、高林バイパスをくぐった所(諸星幹事会社、上島不動産の裏側)の所にセブンイレブンがオープンします。もし通りましたらお買い上げください。私は、建てがしで、家賃収入が入るだけですが…。昨年は百均のレモンをやり、流通店舗をやり始めています。まだこれからも計画しています。いい場所をご紹介します。

## 鈴木孝尚会員卓話 『お米を通しての職業奉仕の実践』

おはようございます。本日は貴重な時間をいただきありがとうございます。本日は職業奉仕の実践ということですが、私は職業奉仕の実践を目指している段階です。

まずは簡単な自己紹介をします。

中区布橋で創業 170 年くらいの米屋「かくじゅう(角十)」を営んでおります。創業は、150 年と書いてありますが、はっきりとわからないので 150 と書いてあります。本日玄米を食べていただいておりますが、おいしかった人はいますか。苦手と言う人はどのくらいいますか。本日のものは、玄米 100% です。東京のいる人のある人から、玄米とコシヒカリの違いを質問されました。コシヒカリは品種で、玄米は精米して、20% 精米すると八分づき、きれいに精米したものは白米です。玄米は、戦後いかにきれいに精米して、おいしく銀シャリにするかで提供してきたが、これまで 40 数種類の栄養素を考えてこなかったことが業界にとって問題であると思っています。人間にとって、40 数種類の栄養素があり大切です。

実は、私は 4 年前にウエスト 89cm、体重 69kg で、コレステロールもちょっと高かったです。医者から糖尿病になる恐れがあると言われました。それまで玄米が体にいいと知っていましたが、実践が長続きしていませんでした。本日配布した「医師が進める玄米食」には、三重県桑名市民病院の元産婦人科副院長の中山先生と、国立がんセンターの渡辺先生が書いた玄米を食べることにより糖尿病が解決された話で、玄米の素晴らしさを知ることができました。この小冊子は、会員である後藤達朗さんの提供で、後藤君は日本健康業界紙という会社で玄米のコースを販売されており、普及にもご尽力しておられます。この医師二人の話から、玄米中心の食生活の継続から、1 年半前くらいから月に 1kg くらい体重が減りだし、30 年くらい前の学生の頃の体重になりました。適度な運動も心がけ、1 日 8000 歩を歩きました。駐車場もちょっと遠くに変えて歩きました。

また、「書くだけダイエット」という、朝、夜の体重を書き込み、毎日意識づけして管理したら効果がありました。興味があれば差し上げます。

食事中申し訳ありませんが、私は痔がひどく便秘です。玄米中心の生活のおかげで、数か月で改善されました。健康管理にもよく行くようになり、年間 3 回くらい血液検査をしています。

玄米の効果は、長崎の原爆でも玄米、みそを摂取した人が原爆の症状がなかったということです。

私にはちっちゃな米屋の大きな夢があります。GNP というものがあり、元気 (G) で長生き (N) で、ぽっくり (P) 行くことです。

私の夢は玄米食で、毎日が元気で「バナナうんこ」で長生き、最後はぽっくりくと言うことを夢見ています。

さらに究極の夢は、地域だけではなく、世界中で玄米食を広めることです。世界では 7 人に 1 人が食べることで苦しんでいる。食は命である。自立型農業を目指して玄米食を普及したいと勝手に思っております。

うちの店は市内で 4 店舗あります。8 割は契約栽培で、玄米のみをその場で精米して販売しています。

本日のテーマは、ロータリアンとしては未熟ですが、私なりに職業奉仕は、毎日の仕事を通しての社会貢献ではないかと思っております。雇用する、社員がこの会社で働いてよかった、とうちゃんの仕事は立派である、この会社で働いてよかったと思われることが職業奉仕ではと思っています。理念とは、何のために仕事をしているか、意識をもって取り組むことが職業奉仕。当社の理念は「こころから喜んでもらうこと」です。昔の理念は長く、私すら覚えていなかったのですが、今は唱和できるほど簡単です。「こころから喜んでいただく！」ことです。

### 【理念についてのビデオ上映】

(BGM) 歩いて行こう〜♪、歩いて行こう〜♪ (いきものがかり)

そのために、行動指針の十二か条がありますが、時間があれば、あとでお見せします。パワーロータリーの皆さんには職業奉仕の見本となる方が多くみえます。そのなかで知久さんでは、290 円の弁当が発売されています。知久屋さんは命の源として地域として無くてはならない存在だと思っております。経営理念が素晴らしいです。

### 【フジテレビ報道 2011 年「知久屋さん」TV 放映】

消費者の要求は価格。だが知恵と工夫が詰まっている。世界中から安くておいしいものを探す。知久屋ののり弁当は 500 円。現場では、100 人の従業員がいる。パン粉は引き立てを使う。マヨネーズも自家製。ここまでやる弁当屋は他にはいない。

50 種類の野菜を自家栽培。契約農家から直接収穫。その日のうちに洗い、カット、調理に使う。味はこれで変わるが、コストがかかる。知久屋の弁当は他の店より 500 円と高いが、いつかその努力が消費者に報われる。

補足ですが、玄米食のよさを広めようと、毎月 1 回玄米学校というのをやっています。これまで 45 回実施しました。地道な活動を通して、パワー浜松の会員として職業奉仕を実践していきます。本日はありがとうございました。

