ROTARY CLUB OF
KAHOKU SOUTH
河北南ロータリークラブ

令和２年 1 月号
No. 242

2018-2019年度RI会長
マーク・ダニエル・マローニー

ロータリーは世界をつなぐ

2019-2020年度RI第2610地区テーマ
「一歩前進しよう」
ガバナー：松本 耕作

河北南クラブテーマ
「進化に挑む」

例会日：月曜日　19:00 ～ 20:00
会　長　：沖見 好秀
幹　事　：横見 健太
会報委員長：加茂川 寛之

例会場・事務局
勝 崎 館
石川県河北郡津幡町字庄イ2-1
TEL (076)288-8855　FAX (076)288-8856
E-mail　k.minami@proof.ocn.ne.jp
URL　http://www.kahokuminami-rc.jp

第982回　新年例会　（1月6日(月)）

初詣・倶利迦羅不動寺　本山

お参り前にお香を
焚く会員一同

今年もまた良い
一年でありますように

高野山真言宗 別格本山 倶利迦羅山不動寺
所在：石川県河北郡津幡町倶利伽羅リ-2

会長挨拶

新年会・勝崎館

2020年がスタートいたしました。20年代の始まりでもあり、五輪の年でもあり、十二支の最初の子年でもありと、大変切りが良く、大きな変化が起こる予感がする年かと思います。皆さんもそれぞれ、目標を立てられたかと思います。ロータリークラブの新年は毎年7月ですので、丁度半年が過ぎました。念頭に立てたクラブの目標が3つあります。①戦略計画の策定、②RLIへの参加。③マイロータリーの全員登録です。①戦略計画は、様々な計画を立てました。その中でも明確な目標として、会員の増強があります。当初の30名の目標に、みなさん汗を流して頂きたいと思います。②RLIに関しては目標達成できました。③マイロータリー登録ですが、残念ながら当クラブは半数にも満たしておりません。できれば皆さん、マイロータリーの登録の方をよろしくお願いいたします。分からない方は、私が教えますので言って下さい。口だけで目標を述べても意味はありませんので、目標を実現するためにも、皆さんにご協力のほど、今年もよろしくお願いします。

乾杯

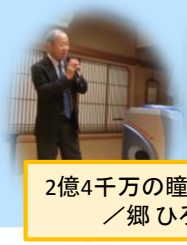
村中 地区米山委員長
による乾杯の御発声

マリンバ演奏

岡田 瑠美 様
所在：津幡町清水ヘ353-2
連絡先：080-3492-3164

誕生月祝い

岡本 壮生 (46) 会員（写真左）
飯田 道昭 (73) 会員（写真右）



2億4千万の瞳♪
／郷 ひろみ

手に手繋いで♪

横見 幹事による
中締めの挨拶

中締め

幹事・委員会報告

●幹事（横見 健太）
・河北RC会長　山口 博之亟 様より、新年の挨拶のメールを頂きました。

●米山カウンセラー（高松 祐輔）
・米山記念奨学生の陸 晗子さんが、父の入院のため現在帰国中で、余り予後が良くないため、まだしばらく日本には戻れないのことです。

ニコニコBOX・ロータリー財団・ポリオプラス・米山奨学会寄附

沖見 好秀、横見 健太、粟田 卓二、西 茂、飯田 道昭、村中 高次郎、蔵西 順治、勝崎 猛、原田 充、加茂川 寛之、高松 祐輔、川江 泰博、東 皆子、村谷 哲也、岡本 壮生、川端 茂

第983回　通常例会　（1月20日(月)）

ロータリーソング　「それでこそ、ロータリー」
4つのテスト　「中村 正司 会員」

ようやく冬らしくなってきましたね。最高気温が一桁台となりまして、スキー場の方もオープンしたというニュースが流れていましたが、それでも山の方の雪は少なく、夏の水不足が心配されます。昨日、富山電気ビルディングで2610地区の行事で基調講演会がありました。敦賀RCの刀根荘兵衛の講演で、テーマは『ロータリークラブの職業奉仕の現状と未来について』。世界と日本の職業奉仕、その根底にある考え方の違いについて基調講演を頂きました。その中で印象的だった言葉は、『ロータリーのあるべき姿は、他人に役立ちたいという心を発掘し、育て行く事である。』『ロータリークラブの価値は、そのクラブが、いかなるロータリアンの人づくりをしたか、と言うことに尽きる。』『金品を社会に寄贈して奉仕するのは本義ではない、奉仕する人を育成して社会に寄贈するのがロータリーである。』ということでした。僕も胸に精進していかなければならないなと思った次第でございます。その様な中で、本日は、皆さんの会社で優秀で社会貢献うぃされてきたな方を迎えております。今月は職業奉仕月間ということでありますので、皆さんもこれを機会に職業奉仕について少し考えてみてはいかがでしょうか。

幹事・委員会報告

●クラブ会報委員・会員増強委員（加茂川 寛之）

・クラブ会報に載せるための例会感想を一筆頂くために、お弁当の内蓋に『大当たり』の札を入れることにいたしました。当選された方は、当日の例会の雰囲気などの感想を加茂川までメールして下さい。（例会会場である勝﨑館からのご指摘により、くじ引きに変更）

・河北／河北南RC合同パンフレットの草案ができました。データはメールで配信いたしましたので、河北RCと繋がりの深い方は、河北RCの活動写真や自己PRなどを頂けるように交渉して頂けますと幸いです。

・河北南RCのパンフレットの次の草案としてSDGsに支援している文言を載せたいと考えています。クラブとしての方針、共通認識として採決したいと思いますので、役員理事会で一度審議をしたいと思います。

本日のプログラム　優良従業員表彰

米山奨学金授与

陸 晗子（リク ハンツ）（中国・広東省出身）
金沢大学　自然科学研究科（写真左）

横山 喜代美（よこやま きよみ）様（写真左）

勝﨑館（勤続年数12年）
推薦理由：長年に渡り、浴場の清掃及び番台業務に携わり当館の業務発展に貢献、お客様からの信頼も厚く、部署のリーダーとしても活躍。

小笠原 正頼（おがさわら まさよし）様（写真右）

津幡法律相談事務所（勤続年数5年）
推薦理由：事務所の運営及び事件処理に多大な貢献をしたため。

先週は、父の病気の療養で、中国に戻っておりました。お陰様で無事退院できました。ありがとうございます。今月は修士論文を執筆しております。大変ですが、卒業は大丈夫とは思いますが、油断せずに頑張ります。

受賞者挨拶

いつも横見がお世話になっております。今日、初めて、こちらのクラブに参加させて頂きまして、いろいろ衝撃を受けております。握手を皆さんでされていることや、気さくに肩を叩かれていることや、大きな声で歌うなど、大変驚きました。津幡法律相談事務所は今年で5年目を迎えましたが、振り返ってみましても、アータイトランスポートの村中社長から、みなさんとの出会いが広がったのではないかと思います。開業当初はインターネットを使った広告をしていたのですが、金沢や富山から来られた方が多く、津幡町では余り知られていませんでした。そこで、こちらの会員でもある(有)フジ宣伝の中村様に看板を、シグナス通りに設置頂きましたところ、大いに反響があり、津幡町からの問い合わせが増え、より一層忙しくなりました。大変感謝しております。私達が、こちらのクラブのネットワークに生かされて、津幡法律事務所が成り立っていることを、大変感謝一杯であります。今後ともよろしくお願いいたします。

小笠原 正頼（おがさわら まさよし）様
（津幡法律相談事務所）

1月・誕生月祝い

米田 誠（55）会員（写真左）

ニコニコBOX・ロータリー財団・ポリオプラス・米山奨学会寄附
沖見 好秀、横見 健太、原田 充、粟田 卓二、蔵西 順治、高松 祐輔、岡本 壮生、西 茂、米田 誠、勝崎 猛

推薦者挨拶

当事務所従業員を表彰頂きまして、誠にありがとうございました。開業して5年経ちますが、小笠原は、ずっと一緒にやってきてました。事務所の運営についても提案をしてくれるなど、従業員というよりも、パートナーのような感覚で共に仕事をしており、本当に助かっております。ところで皆さん、パラリーガルという言葉はご存知でしょうか。弁護士の資格は無くても、専門的な業務をしている人をパラリーガルと言いまして、ほとんど弁護士に近い仕事をしています。主には債務整理で、借金の相談、債権者と交渉、場合によっては、民事再生とか、破産の申し立てなどを、私だけでは足りない部分をサポートという形で、行ってもらっています。今後は、事業を継続・継承のアドバイスや、コンサルのような仕事にも力を入れたいと思っています。みなさんがこれまで、頑張ってこられた会社を、いかに次世代に引き継ぐかということです。自分の代で終わることを前提にされている方もいらっしゃるかもしれませんが、せっかくこれまでされたことを、全く無しにしてしまいますと、社会的にも損失ですし、職業奉仕としても、奉仕の機会を失ってしまいます。その時も彼の協力が必要となってくると思いますので、益々頑張って頂きたいと思います。

横見 健太 会員
（津幡法律相談事務所）

推薦者挨拶

勝﨑 猛 会員
（勝﨑館）

今ほど、当館の部下の方に表彰頂きまして、本当にありがとうございます。横山は、長年におきまして、銭湯の掃除と番台を長年一生懸命やっていただきました。いろんなお客様と信頼が厚く、個人的に地区のお宮さんのお世話とかをしています。掃除に関しましては、当会員の東さんのお墨付きでもあります。勤続年数も12年ということで、長年、本当に頑張って頂きまして、本当に無くてはならない存在で、今後も益々頑張って頂きたいという意味も含めまして推薦いたしました。

例会Report

前回の新年例会についで、今年初の通常例会。プログラムは「優良従業員表彰」での2社からの素晴らしい社員の紹介でした。横見会員の津幡法律事務所所の小笠原正頼さんは横見代表の片腕的な責務をこなす社員で、もう一人、勝崎会員の勝崎館から勤続12年の銭湯部門の責任者の横山喜代美さんはお客様から褒められ、慕われる社員さん、お二方とも社長が頼りにする、うらやましく素晴らしい社員さんでした。両会員（社長）からの感謝の弁、良かったです。

今月誕生祝の米田さんおめでとうございます。　（高松 祐輔 会員）

第984回　通常例会　（1月27日(月)）

ロータリーソング　「それでこそ、ロータリー」
4つのテスト　「外部卓話のため割愛」

会長挨拶

昨日、私の実家の方にいたのですが、そこでムジナという動物、アナグマの一種なのですが、ムジナが動かなくなっていたので、それを区長さんの2人で考え、これは、もしかしたら何かがあるかもしれないということで、『役所あるいは保健所に連絡すべきだと、ただ、あなたの敷地内なので、これはあなたが処分して下さい』ということで、手づかみで処理をしたところ、それまでは調子が良かったのですけれども、家に帰ってきてから、少し喉の調子が悪くなりました。熱は出てないので、今、流行のコロナウイルスとかではないと思いますが、悪いものがあったのかもしれません。中国の方でも、大変なことになっていますので、今後の動向に注目したいところです。早いもので今週には2月となります。2月は平和構築と紛争予防月間です。そのような中で、国際ロータリーではアフリカに初めてロータリー平和センターを設立しました。今、アフリカ地域の平和を脅かしている、紛争などに対して解決に取り組むリーダーを育成し、新しい平和センターとロータリー平和プログラムへの支援お願いしますという話がありました。また、かの有名なビルゲイツさんは、この度ロータリーとビル＆メリンダ・ゲイツ財団がパートナーシップを組みまして、ファンドレイジングはパートナーシップの延長を発表いたしました。ポリオ問題もますます協力していきたいと思いました。我々は、日本の田舎にいて、その世界的なことを言われてもピンとこないのかもしれませんが、やはり我々はロータリアンですので、世界の動きにも目を向けて意識していかなければならないと思います。日本と世界の奉仕の考え方には確かに違いがあります。でも、世界を１つにするという意識を持つ事は大切と思います。2月は平和月間ということですので、平和について考えてみてはいかがでしょうか。

幹事・委員会報告

●なし

本日のプログラム　外部卓話『元障がい者が伝えたい笑いの効用』

工藤 奈緒 様　神奈川県横浜市出身　津幡町在住

［資格］
・介護福祉士
・介護プロフェッショナルアッセサー
・認知症介護実務者
・健康管理士
・津幡町母子保健推進委員
・ラフターヨガインターナショナルユニバーシティ認定
　ラフターヨガティーチャー

当人も潰瘍性大腸炎を患い、大腸の全摘出をした障がい者。
それでも笑いの力で前向きに生きています。

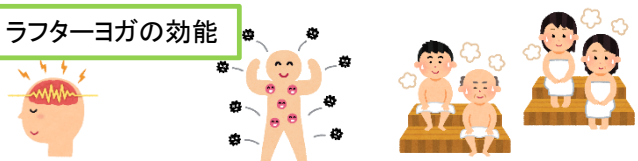
NPO法人ラフターヨガジャパン・咲がおhome
所在：石川県河北郡津幡町竹橋ク128
　　倶利伽羅鳳凰殿内 信徒会館
TEL：080-3203-3618
E-mail：kotakotakotakota24@gmail.com

ラフターヨガ（笑いヨガ）とは

1995年インド人医師Maden Kataria と、その妻であるヨガインストラクターである Madhuri Kataria によって考案された、笑いのエクササイズとヨガの呼吸法とを組み合わせた健康法。現在、世界100ヶ国以上に広がり、1万以上のクラブが定期的に活動しています。

参考：ラフターヨガ(笑いヨガ)の実際と今後の可能性（福島 裕人 著）笑い学研究 2008 15(0)
　　ラフターヨガジャパンHP　URL　https://laughteryoga.jp/newbie/about/

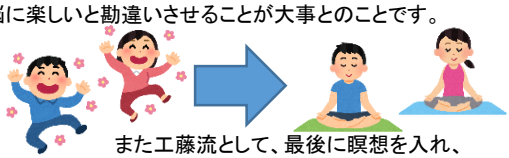
ラフターヨガの効能



・脳の活性化
・免疫力の向上
・ストレスの解消
・血流、血行の促進
・自律神経の正常化など

参考文献：ラフターヨガ(笑いヨガ)について（江見 明夫 著）笑い学研究 2008 15(0)

笑いの終わりに手拍子をいれた「ホッホ、ハハハ、イエーイ」と合図をし、脳に楽しいと勘違いさせることが大事とのことです。



また工藤流として、最後に瞑想を入れ、気を落ち着かせると良いそうことです。

例会Report

この日の例会は外部講師『NPO法人ラフターヨガ』の工藤菜緒様の話を聞いた。工藤様自身が難病である潰瘍性大腸炎にかかり、大変な闘病生活を経て活き活きとした生活を送ることができない悩みを抱えていました。そんな時に出会ったのがラフターヨガでそこに希望を見出したとのこと。老若男女、国籍問わず（世界108カ国で展開）誰でも取り組めることも魅力です。説明後に早速出席会員メンバーに指導がありラフターヨガを体験することに。声を出し笑いながら手拍子などをやってみると体が暖かくなりました。ただし、これを1分間続けるとエネルギー消費が大きく疲れを感じました。ラフターヨガはやりっぱなしでは気持ちのアップダウンが激しくなってしまい、必ず瞑想とセットで行われます。瞑想をやることで落ち着いた気持ちで終えることができました。
最後に工藤様の『楽しいから笑うのではなく、笑うから楽しい』の考え方に納得。この考え方を実践できる人が周りを明るくする人なんだと思いました。　（多川 裕満 会員）

イラスト：いらすとや 様

ニコニコBOX・ロータリー財団・ポリオプラス・米山奨学会寄附

沖見 好秀、横見 健太、粟田 卓二、西 茂、
飯田 道昭、蔵西 順治、原田 充、高松 祐輔、
米田 誠、川端 茂、中村 正司、岡本 壮生、勝崎 猛