

KARUIZAWA ROTARY CLUB



例会日 毎週月曜日 12時30分～13時30分

例会場 軽井沢プリンスホテル ウエスト

2024-2025 RI テーマ 事務局 〒389-0112 軽井沢町中軽井沢9-3 軽井沢町商工会館内

TEL 0267-46-4970 FAX 0267-46-5445

RI会長 ステファニー・A・アーチック RI2600 地区ガバナー 白鳥敬日瑚

東信第一グループガバナー補佐 夏川周介

会長 今井亮 幹事 佐藤敏明 クラブ会報委員長 佐藤俊幸

E-mail k-rotary@jfbn.net ホームページ www.karuizawarotaryclub.com



第2685例会 2024.12.16

12:30点鐘 会長 今井亮君 司会進行 副幹事 福井英子君
ロータリーソング「四つのテスト」 ソングリーダー 袖山卓也君



《会長あいさつ》会長 今井亮君

12月になり、軽井沢ではイベントが目白押しとなってきましたね。

先週末は軽井沢アイスパークで軽井沢国際カーリングが開催され、男女とも見事に決勝トーナメントまで進み、最終日に熱戦を繰り広げてくれました。

土曜日にはJCでもクリスマス会が開催され、ロータリークラブの会長としてお招きいただきました。あいにく同日に私が講師を務める講演会があったため参加できなかったのですが、佐藤幹事に代わって出席していただきました。

私個人としては、金曜日と土日にそれぞれ講師として人前で話す機会があったのですが、先週の杵山さんの卓話を参考にさせていただき、事前に一人リハーサルをし、原稿を読まずにやってみました(笑)。参加してくださった方から暖かい言葉をいただいたので杵山さんには心から感謝したいと思います。

さて、それに加えて日曜日に軽井沢町社会福祉協議会さんから軽井沢ロータリー会長宛のお誘いがあり、中央公民館で開かれた社協大会に出席してきました。

当日はボランティア活動に寄与した個人や団体に対しての表彰が行われ、その後に上田情報ビジネス専門学校の比田井和孝さんが「与えるものは与えられる」というテーマで記念講演をされました。ロータリークラブの「最もよく奉仕する者、最も多く報いられる」の標語と重なるメッセージだと思って聞いておりました

講師の方は、テレビやラジオで活躍されている方で講演慣れしているなという印象で、講義内容は多岐に渡り、映像も交えて大変面白く聞ける話となっております。

その講演の中でも、白石康次郎さんという方の話が特に興味深かったのでご紹介させていただきます。

白石さんという方は、日本を代表するヨット乗りの方で、一人で、どこの港にも寄港せずにヨットに乗って世界一周する、というヨット界のワールドカップともいえるべき「ヴァンデ・グローブ」におい



て、アジア人初の完走をした方だそうです。実は現在も「ヴァンデ・グローブ」開催中だそうで、毎週金曜日にニュースステーションで白石さんの状況が放映されているとのこと。

ヴァンデ・グローブは4年に一度の大会ですが、その白石さんが初めて「ヴァンデ・グローブ」に出走する際、最低参加費用（それでも3億円もするそうですが・・・）を集める際の応援団長的な役割を果たしたのが比田井さんだった縁で、白石さんは上田情報ビジネスでたびたび講演をしているそうです。

その学生向けに話してくれた話の中で、「弱点」に対してどう向き合うかという話がありました。白石さんには船乗りとして致命的な弱点があり、それはなんと「船酔いしてしまう」ことなんだそうです。船酔いするヨット乗りなんているのか？という話ですが、人間の身体というものはよくしたもので、船酔いも船にずっと乗っていると4日目くらいからだいぶ慣れてくるものなんだそうです。ただ、最初の1～3日目は常にひどい船酔いをするそうで、食事終わりで申し訳ありませんが、白石さんは最初の3日間はずっと吐き続けざるをえないそうです。

当然すごくつらい、酔い止めは眠ってしまうので飲めないし、様々な酔い止め対策を試したけどそれも効果がない、でもヨットには乗りたい、そうした状況で白石さんはどうやってこの弱点を対処したのか？

白石さんが考えたのは「どうやったら楽しく吐けるか？」というアプローチでした。吐くことが避けられないのであれば、その時間をどう楽しくするか？ということ考えたのだそうです。

「楽しく吐く」なんて考えたこともないですが、白石さんは真剣にいろいろ考えて試したそうです。その結果、なんと吐く前にオレンジジュースを呑むと、吐くときも「美味しい」を味わえるということが発見したそうです。いわく、「100円のジュースを200円分楽しめる」とのことでした。

そのうえで、学生に向けてこういったそうです。「要は『受け入れる』ということなんだ。『受け入れる』と主導権を握れる。主導権さえ握ればこっちのものなんだ」「『受け入れる』ことができるようになって、波が吹かないヨットにとって致命的な状況が来たときであっても、『待たされるではなく、待つという積極的な方法に打ってでる』ことができるようになった」と語っていたそうです。

弱点やネガティブに対する向き合い方として大変面白いエピソードだと思いましたので皆様にもご紹介させていただきました。

以上



《幹事報告》幹事 佐藤敏明君

★ガバナーエレクト小林磨史様より

クラブから地区委員推薦のお願い（1月17日までに）

★ガバナーエレクト小林磨史様より

2025-2026年度ロータリークラブ諸資料ご提出についてのお願い

★ロータリーの友より

2025-2026「ロータリーの友」表紙を飾る「絵」大募集

テーマ自由、〆切2025年2月28日

★軽井沢町観光協会会長土屋芳春様より

「令和7年輕井沢賀詞交換会」のご案内 1月29日（水）於；プリンスホテル

★通信物＝①ハイライトよねやま297号 ★クラブ会報＝上田RC

《出席報告》新津悟君

	会員数	本日出席	メイク	合計	出席率	訂正出席率
12月16日	34	23	0	24	67.65%	70.59%

事前メイク1



ニコニコBOX報告

委員長 小崎陽一郎君

★三木さんの卓話楽しみにしています…佐藤敏明君、佐藤学君、福井英子君、遠藤孝君
小林俊二君、小崎陽一郎君、川嶋光慈君、佐藤好雄君、長岡秀秋君、尾沼好博君
丸山哲君、佐々木一郎君、柳沢洋一君、袖山卓也君、横山繫君、中沢雅子君
大雲芳樹君（三木様宜しくお願いします）

★カーリング応援ありがとうございました…佐藤一郎君

★SC（男子）準優勝おめでとうございます…今井亮君、上田直人君

★お誕生日のお祝いありがとうございました…新津悟君

★まとをしぼれないのでドキ、ドキ…三木とみ子君

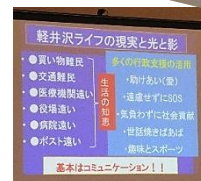
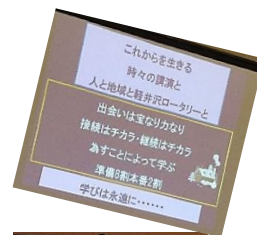
12月16日
¥24,000



《卓話者ご紹介》プログラム委員長 大雲芳樹君
三木とみ子会員 女子栄養大学名誉教授

《 会員卓話 》 三木とみ子会員

私が こだわり続けた道すじと 学び
— 「職」に魅せられた60年間から —



<閉会点鐘>