



2015~2016年度 ROTARY CLUB OF TOYOKAWA HOI CLUB WEEKLY

# やらまいか

会長/小野喜明 幹事/度会尚志 会報委員会/廣田 篤・中村嘉輝 例会/毎週火曜日 12:30 豊川商工会議所

クラブテーマ 30周年記念事業を通じて、温故知新、上下一心  
30周年記念事業を通じて、地域や国際にお返ししよう  
30周年記念事業を通じて、友情と寛容を深めよう

事務局/豊川市豊川町辺通 4-4 豊川商工会議所会館内 TEL0533-86-2535 Fax0533-86-8889 HP/<http://toyokawahoi.tank.jp>

本年度第32回 通算1424回 平成28年3月8日(火)	出席報告	会員総数	出席者数	出席率	8/4 修正出席率
		60名	27名	52.8%	90.6%

ゲスト: マスターズW50 日本記録保持者 碓井由紀子さん ビジター: (なし)

## ★会長あいさつ

### 小野喜明会長



本日はロータリークラブの5大奉仕の一つである職業奉仕について考えてみたいと思います。ポールハリス

らが1905年に作ったロータリークラブは、職業人の親睦を行い親戚づきあいをしようと始めました。奉仕の概念を考えられたのは発足から1年後に、ドナルド・カーター氏という人を勧誘するときに、入会を断られたことに始まります。カーター氏が「会員同士で利益をもとめるが、一業一會員の原則であれば、入れない同業者はどうなるのか? また職業を持たない一般社会の人たちはどうなるのか? 自分たちだけで助け合って栄えてゆくようなエゴイズムの団体は永続性がない。そのような団体には入らない」というものでした。これにポールハリスが、「カーター氏の言うとおりのだ。クラブの生き方を変えよう」といって職業人の親睦のエネルギーを世のために人のために使おうといわしめたのです。これが奉仕概念の誕生の話です。

そして奉仕という世のため人のためのクラブであるならば、それはシカゴだけにあるべき筋合いのものでなく全米、全世界の地域社会に存在してしかるべきというので、ロータリークラブの拡大が始まったとのことです。

このようにして親睦と相互扶助を目的とする社交クラブから親睦と奉仕を目的とする社交クラブに進化し、全世界に34000以上、会

員数120万人以上の巨大組織になりました。

職業奉仕に関する誤解は、職業を通じた社会奉仕を職業奉仕と考えるというものです。ロータリークラブの創立からの考えですと、あくまでロータリークラブは職業人クラブとしての団体であり、クラブ会員相互の利益になるようなことを職業奉仕というものです。そして、クラブ会員以外の人に対する奉仕を社会奉仕としています。

毎週1回、決まった例会場に集まり、またメーキャップをする他のクラブの会員も交えて、自分たちの職業人としての考えや方、法論を披露し、会員相互の利益となる会話や行動を例会と例会の間に行う、それが職業奉仕であると言えます。またそのために親睦を重ね心を割って話し合う人間関係を作るということであります。

会社の業績を向上させ、納税することが職業奉仕という考えもありますが、これも社会奉仕的な考えであると思います。ロータリークラブは聖人君子だけの集まりではなく、利益を追求する職業人、プロの集まりであり、また専門的知識を世の中に生かそうとする医師、弁護士などの集まりです。したがって、会員相互のために自分の持つ知識や経験を生かそうということが職業奉仕であると理解してよいと思います。

紳士淑女という観点から、そのことを前面に押し出し、世の中にPRしないというのもロータリー的であり、ある意味限られた人たちだけのエスタブリッシュメント団体とみられても仕方のないことです。そのあたりの難しさがロータリークラブに付きまとうと思います。

★幹事報告

度会尚志幹事

例会臨時変更のお知らせ  
次回例会について  
花見例会の送迎バスについて

★委員会報告

雑誌広報委員会（笠原委員長）  
ロータリーの友 3月号の紹介

★外部講師の卓話

「世界陸上マスターズの部に出場して」

マスターズ W50 日本記録保持者

碓井由紀子さん

◎世界陸上出場の DVD を視聴。

(下記の写真は碓井さん提供の写真です)



## ◎碓井さんとの対談

司会進行：石黒会員

石黒：今回のエキシビジョンで走られた方々は何歳の人たちですか？

碓井：50歳から54歳の人たちです。

石黒：現在W45とW50の日本記録保持者ですが、ここまで陸上を続けて来られて、中学や高校、実業団の頃のお話を聞かせて下さい。

碓井：中学は御津中学校で陸上部がなく、高校に入ってから陸上を始めました。初心者なので先輩に言われるままに練習をしていました。1年生の秋の新人戦で、県大会に行くことが出来て、それから頑張っ、2年生で東海大会に出場し、3年生でインターハイに出ることが出来ました。

石黒：高校時代も種目は400mだったのですか？

碓井：1年生の頃は200mだったのですが、同級生で速い女の子がいました。同じ高校で勝てないなら無理だろうと思って、400m、800mに変わりました。

石黒：陸上で、短距離の400mや800mが一番キツイ種目だと聞きますが？

碓井：キツイと言われますが、私からすると1500mや5000mの方がキツイと思いました。

長い距離だと、何周も走らないといけないので、「あと何周」「あと何周」という方がキツイので、私としては1周で終わる方が良かったです。



石黒：高校でインターハイに出られ、卒業後は実業団のトヨタ自動車に入られました。実業団では、どのぐらいの期間されて、成績はどうでしたか？

碓井：5年間やらせて頂きました。4年目の時に全日本実業団で優勝をしました。

石黒：さすがです。今回の世界陸上に出られた選考について教えて下さい。

碓井：エントリー形式で、前年度の記録を世界マスターズ連名に申請をして、その

中から上位8名が選ばれて通知が来ました。

石黒：世界から何人がエントリーしたのですか？

碓井：50～60人のエントリーがあったと聞いています。

石黒：種目の枠がとてもラッキーだったと聞きましたが？

碓井：今回走ったのは、女子は400mの50～54歳クラスだけでした。私の誕生日が11月で、11月になると55歳になるので、世界陸上は誕生日以降の開催なら、出場できませんでした。

石黒：マスターズのエキシビジョンは、毎回、世界陸上で行われるのですか？

碓井：今回初めてで、これから先の大会でもあるかどうかは分からないそうです。今回の出場は、本当にラッキーでした。

石黒：会場の雰囲気はどうでしたか？走った感想は？

碓井：スタート前にスタンドを見上げたら、すごい人が見えて「おおおお」って感じでした。今からこんなところで走れるんだと思いました。国立競技場以上に上の方までスタンド席がありました。何だか凄く嬉しかったです。

石黒：碓井さんが走られた時間は、メインレースの男子の100×4の決勝前でしたから、会場も満員状態だったと思います。そして世界のトップレベルの人たちが集う場所なので、独特な雰囲気があったと思います。今回の経験がどのように活かされていきそうですか？

碓井：これを機にマスターズの部門が脚光を浴び、できれば東京オリンピック2020でマスターズ部門が出来たりと、そのように繋がればいいなと思っています。マスターズやってる人たちが、次は自分が出るのではないかと頑張れるといいなと思います。

石黒：陸上を含めて他のスポーツもそうですが、一番油の乗った世代に目が行きがちですが、生涯かけての競技をだ



と思いますので、マスターズの人たちが注文される場があると良いですね。

石黒：では、ここからは会場の皆さんから質問を頂きます。幼稚園からの同級生の小田伊佐浩さん。

小田：子どもの頃から運動能力も高かったと思います。それをずっと維持するために、食生活や毎日していることはありますか？

碓井：毎日ストレッチ、腹筋、背筋はお風呂上りにやっています。食べるのが好きなので、食べたら動くことにしています。

石黒：続いて、日曜日の静岡マラソンに出られた土井昌司さん。

土井：大会に向けての体調管理の仕方があれば教えてください。

マラソンのシューズは 600 km 走ると交換する時期だと言われますが、短距離の場合の交換目安を教えてください。

碓井：短距離と長距離では違うと思いますが、1週間前は、練習をしながら疲れを取るようにします。疲れを残すと当日走れないので、体重も毎日気にして気をつけています。

シューズは、年に2回ぐらい替えます。アップシューズは、1年に1足ぐらいです。走る距離が長くないので、すり減りません。

石黒：最後に、先日の東京マラソン 2016 に出られた小野さん。

小野：コンディション作りで、食べる物で何か気をつけているものはありますか？

碓井：食べる物は、野菜を中心にたくさん食べます。やはりお肉も食べます。お肉を食べないと体力が落ちます、豚肉を食べると疲労回復になるとも言います。バランスよく何でも食べるようにしています。

石黒：地域にこんなに素晴らしい方がいる事を改めて皆さんに知って頂きたいと思います。スポーツのまち豊川ですから、益々地域を盛り上げて頂きたいと思います。本日はありがとうございました。

## ★ニコニコボックス

柴田浩志会員 結婚記念日を祝って頂き  
山本章吾会員 入会記念日を祝って頂き

## ★委員会事業報告

### ◎社会奉仕委員会事業

昨年度から、豊川サッカー協会主催の「豊川サッカー選手権」に豊川宝飯 RC として協賛をしています。

3月13日に“豊川宝飯ロータリークラブカップ”が赤塚山公園グラウンドと音羽運動公園グラウンドで開催されました。



会報担当：廣田 篤会員・中村嘉輝会員