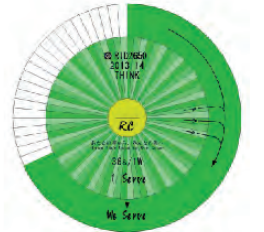




2013-2014 RI テーマ
ロータリーを實踐し、
みんなに豊かな人生を



2013-2014 第2650地区テーマ
— from Your Good to Our Good —
「あなたの善からみんなの善へ」

創立/1954年(昭和29年)6月30日 例会日/毎週火曜日 例会場/武生商工会館
事務局/〒915-8522 越前市塚町101 武生商工会館内 TEL.0778-23-5210・FAX.0778-22-2333 E-mail:takefurc@es.ttn.ne.jp
会長/奥村 忠 幹事/宇野晃成 会報委員長/宮前貴司

第2898回 例会記録 平成26年1月14日(火)

本日出席会員34名

メイクアップ(前々回) 7名

出席率(前々回補正) 80.70%

ロータリーソング「我等の生業」



会長挨拶 第60代会長 奥村 忠



本日は以前話した話の続編です。貝原益軒、この人は福岡藩・黒田家に仕えた本草学者で、養生訓を著わしたことで有名です。養生訓の中で「人間は50歳からである。長生きして60歳以上の寿命に達するべきである」とあり、益軒の健康法は日々の暮らし方や、医者を選び方など400以上にわたっています。その一部を紹介いたします。

養生訓：食事篇

- ①飯はよく煮て芯まで軟らかくすること、固かったりねばねばしたものはよくない。
- ②食事は温かい物、熱いものは熱いうちに食するのが良い。
- ③酒は夏でも温かい物が良い。冷酒は胃腸にさわる。しかし、冬だからと言って余り熱くしてはいけない。
- ④美味・珍味が出て腹八・九分で止める。十分に食すると後で災いとなる。少しの間よくこらえれば後の災いはない。年を取れば基礎代謝量が減るので食べる量を減らさなければならない。

養生訓：睡眠篇(江戸時代の不眠解消法とは)

- ①寝るときの姿勢。足をかがめ、横向きで寝なさい。これを獅子寝という。固いせんべい布団から体を守る知恵かもしれない。
- ②寝たときガスがたまると苦しいときは、足を延ばし胸腹を手で何回もなでおろす。上の方にガスが昇ってくるようなら足の指をしきりに動かさなさい。こうすればあくびが出てガスは吐き出すことができる。

- ③寝るときの顔の向きは口を下に傾けて伏して寝てはならない。眠った後よだれが出て具合が悪い。
- ④夜うなされない方法としては、仰向けになって寝てはならない。両方の手の親指を曲げ、残りの4本の指で握って寝れば手を胸に置くことがないのうなされない。

養生訓：心構え篇

ストレスを抱えぬため、養生のすべは先ず心持が大事である。心を穏やかに平和を保ち、怒りをよく抑え、愁いを少なくし心を苦しめない。そして自分を欺かず完璧さを求めない。

益軒は江戸時代に今に通じる養生訓を實踐して、当時としては大変長生きし、85歳で亡くなりました。養生訓の現代語訳もありますので、興味のある方はお読みください。

プログラム

会員卓話

「新春 越前市の課題」

中西真三会員

○越前市の取り組んでいる事

1. 新庁舎現在地建設への事業説明と理解
2. 人口減少と高齢社会対策事業
3. 吉野瀬川ダム建設と河川整備事業
4. 中小河川の豪雨水害対策と早期治水対策
5. 国体に向けスポーツ施設再配置と施設整備事業
6. 中央公園整備事業
7. 新幹線南越駅整備計画とアクセス整備事業
8. 原子力防災と再生可能エネルギー整備事業
9. 地場産業振興と多面的な販路拡大支援事業
10. 介護保険制度の安定化と子育て支援事業
11. 農山村振興と持続可能な農林業支援
12. コウノトリが舞う里づくり事業
13. 鳥獣被害防止と対策事業
14. 越前市の中高一貫教育と教育改革事業他



報告事項

幹事報告：宇野晃成幹事

・2月4日の例会で辻岡60周年実行委員委員長より、60周年記念事業のプログラムの発表をしていただきます。

クラブ運営委員会：玉村一男委員長

本日、炉辺会合のグループ分けをお配りしました。
1～3班は、ベテランを多くし、「60周年記念事業」について議論していただきます。
4～5班は、キャリアの浅い方を多くし、「会員増強」について議論していただくこととしました。

ニコニコ箱 …… 11,000円 累計 761,300円

今日の格言 ニコニコ箱委員長 玉村一男

後藤新平(医師・政治家)

良く聞け、
金を残して死ぬ者は下だ。
仕事を残して死ぬ者は中だ。
人を残して死ぬ者は上だ。
良く覚えておけ。

- ・ちょっと 【奥村 忠】
- ・中西さん、卓話よろしく 【河合敏一】
- ・本日、会員卓話をさせていただきます。宜しく願います。 【中西真三】
- ・連続出席ありがとうございます。前回忘れていました。 【井上常宏】

例会変更情報/福井県内ビジター受付(1月22日~2月4日)

1月23日 武生府中RC	12:00~12:30	JA越前たけふ会館1階
1月23日 福井水仙RC	18:00~18:30	福井パレスホテル
1月24日 福井あじさいRC	12:00~12:30	ホテルリバージュアケボノ
1月27日 敦賀西RC	12:00~12:30	ニューサンピア敦賀ロビー
1月29日 鯖江北RC	休会	受付なし
1月29日 福井北RC	12:00~12:30	ホテルフジタ正面玄関
1月31日 三国RC	12:00~12:30	三国観光ホテルフロント
2月 3日 敦賀西RC	12:00~12:30	ニューサンピア敦賀ロビー

*変更の無い各クラブの定例会については、ロータリーの友ホームページ等にてご確認ください。

○取組みの詳細抜粋

7. 新幹線南越駅整備計画とアクセス整備事業
村国山にトンネルを通す、南越駅(仮称)までの「松原線」を計画しています。また、南越駅周辺に大規模駐車場施設、商業施設を計画しています。

3. 吉野瀬川ダム建設と河川整備事業

吉野瀬川ダムの建設と、吉野地区周辺の河川改修により30年に1度の水害に備える工事を行っています。市東部の服部川・岡本川の改修・災害対策を行います。

○私の考える課題

- ①「物から事へ」の変革が必要。
物資や建造物だけでなく、歴史と伝統ある越前市のストーリーを鑑み、越前市をアピールすべき。
- ②人口減と高齢化
前・後期高齢者が増加、生産・就業人口が減少の傾向。特に、東・西・南・国高の中心部が顕著。これに対する対策・対応が必要。
- ③増加する借金(地方債)
地方債は約700億にも上ります。子や孫の時代までつけ回してはならない。
- ④議会・議員の問題
議員の質・量を問う必要がある。市民にもその認識が必要。

○今やるべきと考える事

- ・必要などころにお金を使う選択と集中
- ・半世紀に一度のまちづくり基盤整備
- ・国・県・広域市町との連携
を考えたいうえで…、

- ①地場経済拡大と雇用
- ②安心・安全な社会基盤整備
- ③越前市、武生・今立らしさをアピール
「物から事へ」(作ることからストーリー・物語を起すこと)が必要と考えます。



本日(1月23日)の例会 18:30~ 越前たけふ農協会館 武生府中RCとの合同新年会	1月28日 ゲスト卓話 朝倉由希氏	2月4日 第一例会行事 60周年記念事業について 辻岡俊三実行委員長	2月11日
--	-------------------------	---	-----------