



# 週)報

国際ロータリー  
第2570地区

2014～2015年度)) ) R I 会長)ゲイリー・C・K・ホアン)  
R I のテーマ) 『ロータリーに輝きを』)  
地区のテーマ)) 「行動) ACTION」) ガバナー)坂本元彦)

## 狭山中央ロータリークラブ

〔例会場〕狭山東武サロン〒350-1305) 狭山市入間川 3-6-14) TEL)04-2954-2511  
〔事務所〕〒350-1305) 狭山市入間川 1 -24-48) TEL)04-2952-2277) FAX)04-2952-2366  
<http://www1.s-cat.ne.jp/schuohrc/E> - mail:schuohrc@p1.s-cat.ne.jp  
会長)稲見) 淳) 会長エレクト)奥富喜平))副会長)坂本松男) 幹事)江原伸夫)

〔第3グループ内の例会日〕 狭山(金)、新狭山(月)、入間(木)、入間南(火)、飯能(水)、日高(火)、狭山中央(火)  
所沢(火)、新所沢(月)、所沢西(水)、所沢東(木)、所沢中央(月)

### 第1009回(9月16日)例会の記録

点 鐘 稲見 淳会長  
合 唱 我らの生業  
第2副SAA 中谷君、野口(留)君

#### 出席報告

会員数	出席者数	出席率	前回修正
39名	32名	96.97%	97.22%

#### 副会長の時間

坂本副会長

##### 「ウォーキングと健康について」

9月中旬にもなりますと、大分しのぎやすい気候になりましたので、今日はウォーキングと健康についてお話をさせていただきます。

厚生労働省は、7月31日に日本の平均寿命は女性が86.61歳、男性は80.21歳でいずれも過去最高を更新したと発表がありました。



特に、男性は前年より0.27歳伸び、調査が始まった1891年以来始めて80歳を超えた。女性は2年連続で長寿世界一となった。男性の長寿国は香港の80.87歳で、香港の女性は86.57歳で日本に次いで2位と香港は上位の長寿国であります。また、厚生労働省は8月1日、2014年版厚生労働白書を公表し、14年を「健康・予防元年」と位置づけ、社会保障費抑制などの観点から、介護などを受けずに自立して生活できる「健康寿命」を最低でも一年伸ばすことの重要性を強調し、生活習慣病の予防などに取り組む自治体や企業を一部紹介してみますと、住民が健康診断を受けたり、禁煙などの健康づくりに取り組んだりすると特典などを貰える制度の導入が埼玉県内の自治体でも広がっており、戸田市は7月から生活習慣の改善に取り組んだ市民に地域通貨「戸田オール」をプレゼントするなど、さらに40歳以上の市民が対象で、歩数の記録や癌検診の受診などで、ポイントが貰え抽選で健康器具などのプレゼントが貰えるなど、

志木市は一年間に貯めたポイントに応じて、1000ポイントを1000円にして現金に交換が出来、介護保険料の滞納が無ければ、本人の指定の口座に振り込むこととしている。どんな運動が健康に良いのか川島町では河川の土手を約30キロメートル歩く川島ウォーキングに1000人が参加するなど、年齢に関係なく自分のペースで楽しむことが出来るウォーキングは健康づくりだけでなく、始めて訪れる街の風景を楽しんだり、住み慣れた街の見所を再発見したりといった魅力もあるため、各地でイベントが続々と登場しております。

阪急交通社では現地集合で参加費500円の鎌倉・江ノ島の海辺ウォーキング6キロメートルを地元ガイドによる歴史案内を聞きながら、のんびり約3時間のツアーもあるほどであり、山形県上山市では上山温泉地の里山のウォーキングと温泉を楽しめる旅行スタイルのヘルスツーリズムも関心を集めております。

平均寿命の全国1位の都道府県は、男女とも長野県で、住民検診や地域医療が復旧し、高齢者就業率も全国1位で高齢者医療費もかつては1番低かった。佐久市では今年度歩き方や走り方について、基礎から学ぶ事業を市内の小中学校向けに始めました。佐久市は全国の市町村でも平均寿命が一番長い自治体としても知られています。県内各地には運動施設があり、高齢者も含めて大勢の人々が運動しております。

6月26日の読売新聞の朝刊で「お勧めコース歩いて健康に」の見出しの元、狭山市市制60周年を記念して、健康づくりウォーキングマップを作成し、市民が健康に暮らせる街づくりにと、各自治会から選出された約100人の方々に「狭山市すこやか推進委員会」が市内8地区を分担し、実際に歩きながら安全性が高く、地域の魅力に親しめるコースを設定した。私も先般、そのコースの中の智光山コースを約一時間かけて歩いてみました。非常に緑も多く、歩



きやすいコースでしたが、今ニュース等で話題になっている蚊に充分気をつけて、皆さんも歩かれたら如何でしょうか。

いろいろと申し上げてきましたが、介護などを必要とせず自立して日常生活を送れるよう、体調・健康状態を知る意味でも、定期的な医師による健康診断を受け、一日でも長く健康寿命が伸ばせるように私も努力をして行きたいと思えます。

### R 財団特別寄付表彰

稲見 淳会員（ポールハリスフェロー 1 回目）

### 昨年度古谷会員増強委員長へ R I 本部より功労バッジの贈呈

前回クラブより花束を頂きまして、今度はアメリカ本部より頂きまして、本当に感謝しております。これも入会して頂きました、有山さんと佐々木さんのお陰だと思っております。入会して頂いたのは、この会が素晴らしいからだと思っております。これからも新入会員の勧誘に努めて参りたいと思っております。

## 幹事報告

江原幹事

1. 地区職業奉仕部門[職業奉仕研修会]開催について
2. 地区大会・記念ゴルフ大会開催について
3. 2014～2015 年度国際ロータリー第 2570 地区地区大会開催について
4. 例会変更 飯能 R C 新所沢 R C
5. 受贈会報 入間 R C 狭山 R C 入間南 R C
6. 回覧物 2013-2014 年度 学友会頼り  
ハイライトよねやま 174 号

### 《)会員 3 分間スピーチ)》

片山 進会員

#### 「小さい昆虫について」

昆虫の種類の中で、蚊について話します。

蚊は小さな体に多くの秘密がある。例えば髪の毛のように細い口、これで吸血鬼のように血を吸う。口は 1 本の針に見えるが、ごく細い 7 本の針がまとまっている。

蚊は皮膚の神経を刺激しないよう針を使いわけ、唾液の働きで痛みを消し、動物に気づかれないように血を吸う。

蚊は世界で 3,500 種以上いるといわれている。日本には約 110 種が生息するが、人間を刺す蚊は半分にも満たないといわれている。

蚊は血を吸うとき、動物に病気をうつすことがある。日本脳炎というウィルスの病気、ペットがかかる寄生虫病のフィラリア(犬だけ) 深刻なのは

熱帯を中心に毎年 50 万人以上が死亡するマラリアなど、ハマダラ蚊という蚊がうつす小さな病原体が原因で、高熱や頭痛を起こす。日本では第二次世界大戦後に根絶し、流行しなくなったが、海外の流行地では蚊に刺されない注意が必要だと思う。

嫌われ者の蚊だが、ある企業が作った痛みが少ない採血用の針は、蚊の口にある針の形をヒントに開発された。蚊が人間の生活に貢献した珍しい例だと思う。

#### 【蚊の特徴】

1. 好物は蜜や果物
2. 高感度センサー（人間からでる二酸化炭素や汗のにおいを触角などで感知）
3. 高速の羽ばたき、1 秒間に約 600 回
4. 7 本の針を巧みに動かし、血管まで突き刺す

#### 【デング熱】

デングウィルスが原因の感染症。3~7 日間の潜伏期間の後に、発熱や頭痛、筋肉痛、発疹などの症状が現われる。感染しても半数以上は無症状といわれる。東南アジアや中南米などの流行地域で感染した日本人は、平成 25 年は 249 人、今年は 8 月 17 日までに 98 人が報告されている。感染ルートは患者の血液を吸った蚊の体内でウィルスが 1 週間程度で増殖し、別の人に吸血した際に感染する。

ヒトスジシマ蚊、ネッタイシマ蚊、人類最大の天敵はなんであろう。蚊は破局的な病をもたらす。最悪はマラリアで毎年 60 万人以上が蚊の犠牲になっている。世界では毎年サメで 10 人、ライオンで 100 人、蛇で 5 万人が犠牲になる。最多は蚊で 72 万人。

## 委員会報告

R 情報・雑誌) ) ) ) ) ) ) ) ) ) 若松委員長)

#### 【横書】

1 頁：今月は新世代月間だということで、会長の新世代に対する思いが書かれています。

8 頁：我々も以前ネパールに学校のことで行きましたが、こちらにも同じような働きをされている体験談が書かれています。タンセンのホワイト・レイクホテルという懐かしい名前も出ておりましたので、是非読んでみて下さい。

14 頁：「みんなで分け合いよる？」という部分がありますが、子供の四つのテスト版ということで書かれています。参考になりそうな文章が載っておりますので、是非読んでみて下さい。

18 頁：「若い世代の心をつかむ 8 つのアイデア」ということですが、非常に参考になります。担当の方も含めて、是非読んでみて下さい。

#### 【縦書】

4 頁：「環境のまちづくり」ということで、ある町長さんの体験談が載っております。非常に興味深い話が沢山載っており、最近紙おむつのリサ

イクルも始めたとの事です。紙おむつの原料は非常に材質がよいとのことで、リサイクルでは最終パルプで利用されているという話が載っております。

13 頁：「奇跡、いや、軌跡のエージシュート」という所がありますが、この方は 80 歳になってから、その前日に会った時に 52 回目の 79 を達成したということです。当クラブでもエージシュートを目指している方がいたら是非、頑張ってくださいと思います。一昨年私の先輩ですが、500 回目のエージシュートという祝に呼ばれて行ってきました。因みに日本記録は 1800 回で、世界は 3600 回位だそうです。

29 頁：「駐日大使に例会でスピーチを」ということで、このクラブは前大使に手紙を出し、そのうち 30 人以上から反応があったらしいのですが、色々な大変な取り組みをされ、努力されているということがよく書かれております。

最後に表紙ですが、横書表紙は丹後半島の伊根町のイカを干している風景です。私も 3 年位前に、天橋立を見に仲間で行ったのですが、雨で余りよく見えなかったので、もう一度行ってみたいと思います。

## パスト会長卓話

小澤泰衛パスト会長

### 『日本の底力と課題』

日本はバブル崩壊以降経済成長が鈍化し続け、それに追い討ちを掛けるかのように東日本大震災とこれに伴う福島第一原発事故が発生し、壊滅的な打撃を受けた。更に近隣新興国の急激な経済成長の影響などもあって日本の国力、特に経済力が相対的に減退し、様々な局面で日本の「存在感の衰退」が危惧された。

最近「大胆な金融政策・機動的な財政政策・民間投資を喚起する成長戦略」という 3 本の矢で構成されるアベノミクス政策」が打ち出され、主として金融・財政面の効果からデフレからの脱却・円高の是正による企業収益の改善・株価の上昇などの面で景気は上向きに推移していると認められるが、一方では、民間投資による成長戦略の成果が期待できない、消費税増税の影響で消費の回復が鈍化している、ウクライナなどを巡る国際情勢の不透明感から経済成長の先行きに懸念があるなどの消極的な観測も多く報じられている現状である。しかし素人目で見ると、日本の景気は 2~3 年前に比べ上昇軌道に転じていると感じている。

ところで、日本が活力を回復し経済再生を図るための鍵となるのは「人口問題」に外ならない。高齢者の長寿化と急速な出生率の低下に伴う少子

高齢化は、生産年齢人口（15~64 歳）の減少と国内市場の縮小をもたらすため、その対応に歯止めを掛けることができないならば日本が経済大国として存続し続けることは困難となる。その結果国際的な影響力は必然的に小さくなると考えられる。

日本は 2000 年の歴史を通じ築き上げられた「わび・さび」などの繊細な美意識を持つ同質性の高い独特の文化を持つ国である。歴史を遡れば、古くは中国・朝鮮半島から文化や政治を学び、近世・近代以降は西欧から科学技術などを吸収してきた。日本人は優れた適応能力で異質の文化を受け入れた上で、その文化に日本の既存文化を加味・混合させる、言い換えれば、日本流にアレンジしこれを発展させ、より良いものを作り出すのが得意であり、このメンタリティーは日本が生んだ数々の技術、商品、各種システムなどに息づいている。

例えば、日本の伝統的なモノ作り、丁寧で熟練した技と繊細な感性を背景としたナノテクノロジーを含む最先端技術や高付加価値を持つ各種工業製品がある。最近では転職技術者からの情報漏れや企業の海外移転等に伴い最先端技術の流出や知的財産権の侵害があるものの、様々な技術分野で他を圧倒する存在であり続けている。また、高品質な女性ファッション・化粧品・食品・包丁などクオリティーが高く競争力のある様々な商品も、世界に於いてアジア諸国に於いて高い評価を受け広範な支持を得ている。

因みに、普段何気ない暮らしの中で利用されているユニークで実用的で、かつ世界を変えた日本発の商品・食品及びシステムの一部だけを紹介しても、シャープペンシル・家庭用クレラップ・使い捨てカイロ・シュレッダー・ウォシュレット・中華料理用の回転テーブル・和紙・渦巻蚊取線香や、レトルト食品・缶コーヒー・インスタントラーメンとカップヌードルなどの事例が挙げられるし、システム関係では宅配便とコンビニ業者等が連携し「欲しいものが何時でも何処でも手に入る」という画期的な日本式流通システムが構築され日夜利用に供されている。

更に、国を問わず老若男女に喜ばれているカラオケを初めてとして、日本のアニメやマンガが各国語に翻訳されて放映対象や単行本化されているほか、テレビゲーム産業も世界のユーザーの心を掴んでいて日本初のサブカルチャーは世界各国の若い世代から圧倒的な支持を得ている。そして、既に日本の伝統的な食文化として広く海外に定着している「和食」がユネスコの世界文化遺産に登録されたほか、鮭・天ぷら・発酵食品・インスタントラーメンなどが形を変えながら世界中に拡散しているし、最近では牛丼・ラーメン・カレーライスなどの B 級グルメまでもが海外で大変な人気を博しており、日本から世界に向けた「様々な文化」が次々に発信される時代が到来している。

注目すべきは、日本ではサービス業では勿論のこと、他の業種でも「おもてなしの精神」による



対応は当然のこととされている。この「おもてなし」は日本人が国内で生活しているときには当然のように享受し当たり前と思っているが、一旦、国外に出た際にはそのサービスの素晴らしさを改めて再認識させられる。また、「綺麗好き・清潔さ」という習慣も身につけていて、街もビルなども清掃が行き届いている日本は、清潔さで世界でも群を抜いた国であると言える。

加えて、組織を円滑に維持・発展させるためには緻密なシステムの構築が重要課題になるが、日本には「上記システム」の他にも、国民皆保険制度、正確さを誇る鉄道ダイヤ、安全を支える交番システム、識字率 100%の教育システムなどがある。これは四方を海に囲まれた島国という特殊性も関係しているものとも考えられるが、何よりも「和の精神や共同体意識」が育んだ日本人の知恵に由来するのではないだろうか。

このように日本人が持つ特質は、短期間の教育で身に付く類いのものではなく、古来から「物を大切にする」「他人を思いやる」といった伝統文化が脈々と受け継がれてきた結果、自然に身に付いたものと考えられる。

以上のことから、日本の強い経済力、緻密なシステム、素晴らしい文化を将来に互って温存していくためには、若年人口の激減を食い止める方策が何にもまして喫緊の課題である。そのためには子供が多い家族を対象とした育児・教育・医療等の公的優遇措置などを早急に整え、次世代への先端技術や伝統文化の継承が効果的に行われることが重要であり、このことを解決すれば「自信」を持って世界をリードする「底力を持った日本」であり続けるのではないだろうか。

因みに、概要記述から「カップラーメンとカップヌードル」並びに「日本式流通システム」の 2 項目を取り上げ簡略に紹介したい。

### 1. インスタントラーメンとカップヌードル

日本人の食生活に一大改革を起こしたインスタントラーメン「チキンラーメン」の考案者は、サンシー殖産（現・日清食品）の創業者である安藤百福氏である。当時、事業に失敗して失意のどん底にいた氏が必死になって考えたのは、誰でも簡単に作れるラーメンを「大規模工場生産化」したいという誰も試みたことのないアイデアの具体化であった。ラーメンは今でこそ家庭の味になっているが、チキンラーメンが世に登場するまでは、保存性の問題などから家庭で作るのに向かないメニューとして中華料理店や屋台などで食べられていた。

自宅の裏庭にこしらえた小屋で開発研究を始めた安藤氏は苦心の末、昭和 33 年(1958 年)、蒸してチキンエキスで味付けした麺を油で揚げ乾燥させ、お湯を注ぐと麺がほぐれて出来立てのようになる加工技術（瞬間湯熱乾燥法）を世界に先駆けて開

発し、完成した麺を「チキンラーメン」と名付けて発売した。お湯をかけて蓋をし、3 分待つだけでラーメンが食べられる手軽さが、当時の主婦層を驚かせ瞬く間に爆発的なヒット商品に成長した。



このチキンラーメンの加工技術があらゆる即席麺の基本となり、他のメーカーも続々とこの分野に参入した結果、様々な即席商品が生まれ、日本人の「国民食」に成長した。安藤氏は、自ら生み出したインスタントラーメンが、発売から 10 年を経て市場が成熟し、売上が鈍化するのを見て、「何時でも何処でも食べられる新機軸のラーメン」の開発を考えた。そこで、欧米の食生活を研究し、その市場を強く意識した上で、お湯とフォークで手軽に、しかも、お湯が冷めにくい発砲スチロール製の容器を使った即席ラーメンを製造した。ひとつのカップが、ラーメンの包装と調理と食器の 3 役をこなす究極の即席食品であり、昭和 46 年(1971 年)に「カップヌードル」と命名し販売を始めた。スープ好きな欧米人の嗜好に合わせ「麺入りスープ」という点を強調し、味のベースもチキンからポークに変えた。当時マクドナルドが日本に上陸し、日本でも食生活が急激に変化しつつあったが、翌昭和 47 年に浅間山荘事件が起き、厳冬の山中で人質救出を図る機動隊員が発売後間もないカップヌードルを口にしている場面が偶然中継され、一躍この商品が脚光を浴び販売量の急激な伸長に結び付いた。因みに、世界初の宇宙食ラーメン「スペース・ラム」も NASA の厳しい品質と安全基準をクリアしてスペースシャトルの宇宙飛行士用食品としてシャトルに搭載され、宇宙進出を果たしたのは記憶に新しいところである。

現在も即席麺の需要は多く、平成 21 年(2009 年)の世界の全消費量は、実に 915 億個(注)にも達している。なお、日本即席食品工業協会の資料によると、同年度に日本国内で生産されたものは 1100 銘柄、約 56 億個となっている

即席麺の魅力は、何といたっても簡便性、保存性、利便性、低価格と栄養面などに由来する。誰でも簡単に作ることができ、長期の保存に耐え、輸送や収納の面でも利便性があり、災害時等の非常食に適しているため、警察官や消防士等を始め特殊な勤務をする人たちの夜食等に重宝がられている。ベトナム戦争では、米軍もベトナム解放戦線側も戦場でインスタントラーメンを食べながら戦ったそうである。また、即席麺にはコラーゲンや様々な成分が含まれているので栄養の面でも優れているし、低価格であることで発展途上国の貧しい人々が手軽に買い求めることが出来るという点も見逃せない。

ところで、麺類は約 2000 年もの長い歴史を持っているそうであるが、その中で、インスタントラーメンとカップヌードルという画期的な商品を



開発したのは安藤氏以外にはおらず世界に誇る偉業と言える。平成 19 年(2007 年)1 月、安藤氏が亡くなられた 4 日後に、ニューヨーク・タイムズは「ミスター・ヌードルに感謝」という見出しで「インスタントラーメンは、今世界中で毎日 1 億人が食べている。開発者の安藤氏は人類の発展に尽くした。」という内容の記事を掲載し、その業績を讃えている。

(注) 中国 409 億個、インドネシア 139 億個、ベトナム 43 億個、アメリカ 41 億個、韓国 35 億個、フィリピン 26 億個、ロシア 21 億個、インド 20 億個、ブラジル 12 億個、ナイジェリア 16 億個など

## 2.日本型流通システム

平成 23 年 3 月に起きた東日本大震災では、大震災と津波そして原発事故により、電力や水道、ガスなどの生活インフラが壊滅的な打撃を受けたが、それと共に人々を大変に悩ませたのが人や物資の流通がストップしたことであった。救援物資が集まっても道路や橋が遮断・損壊していたり、燃料のガソリンが不足したりして物資などを運ぶことができず、各被災地で品不足が深刻化した。

平常時であれば、日本では流通網とそれを利用する高度な流通システムが発達していて「欲しい時に欲しいものが何でも手に入る」のが当たり前の世界で暮しているため、今回のような非常時代に陥ったときには、平時の有り難みを改めて実感させられる。「欲しいものが何時でも手に入れられる日常」というのは、実は凄いことなのだ認識する必要があるのではないか。

流通システムが未整備な多くの国では、品物の破損や延着、数不足や行方不明などの事態がしばしば発生し、不自由を強いられている例が多いと言われている。

ところで、日本型流通システムの中で特筆すべき点は、宅配便と販売業者等のコラボレーションが上手く機能していることにある。

宅配便は、スピード・簡単・きめ細かいサービスが特徴である。他方、コンビニは 24 時間営業を行っているので何時でも荷物を受け付けてくれる。また、宅配便の手続きは、送り状に相手と自分の住所・名前・電話番号を記入するだけで済み手間が掛からない。しかも、宅配便は拠点集積場に集めた荷物を機能的に方面別に仕分けて全国に張り巡らされた高速道路網を利用して配達するため、国内であれば大抵は送った翌日には配達され、その速さは格別である。更に、何よりも素晴らしいのは、集荷・配達時間の指定やクール便、ゴルフやスキー用具等の現地集配、空港荷物の集配など多種多様なサービスがあることである。クール便があるからこそ、旅先で買った新鮮な魚や果物をお土産として送ったり、お中元やお歳暮に全国の名産品を送ることができ、これらのサービスを利

用しても料金はそれほど高くない。特に、宅配便とコンビニとの共同・協力の便利さは海外でも評判を呼んでいるため、両社ともアジア特に中国を中心に海外進出に努めており、このシステムが徐々に定着してきているようである。

我々が普段、気軽に利用している宅配便やコンビニ等は「日本ならではの」高度な技術と、きめ細かいサービスが活かされており「喉が渴いたのでコンビニで飲み物を買う」「水揚げされたばかりの新鮮な魚を自宅や友人などに送ってもらう」などということは、他国ではそうそう真似の出来ない凄いことなのである。



稲見君 小澤パスト会長、今日のお話楽しみです。3分間スピーチの片山会員楽しいお話よろしくお願いします。

江原君 片山会員、3分間スピーチよろしくお願いします。小澤パスト会長、会員卓話のお時間楽しみにしておりました。何卒よろしくお願いします。致します。

宝積君 小澤パスト会長の卓話を楽しみにしています。

奥富君 小澤パスト会長、今日の卓話よろしくお願いします。

坂本君 片山会員の3分間スピーチ、小澤パスト会長の卓話楽しみです。

清水君 小澤パスト会長の卓話楽しみにしています。

若松君 小澤さん、卓話楽しみにしていました。よろしくお願いします。

会員誕生祝 若松君

夫人誕生祝 若松君

2014～2015 年度 ニコニコ累計額	1,179,000 円
-------------------------	-------------

次の例会 10月7日(火)

親睦ゴルフコンペ&夜間例会  
ゴルフコンペ

霞ヶ関カンツリー倶楽部  
午前9時スタート

夜間例会

狭山東武サロン  
午後6時半 点鐘

