

第 1932 回例会

5月29日(木) 晴れ 12:30 ~ 13:30 松魚亭

1. 講話
 会員 金丸雅人 君
 「企業・団体におけるインターネットの活用について」
2. 出欠
 出席 30名 欠席 18名 出席率 63.83%
 ビジター 3名
3. 来訪者(敬称略)
 金沢東RC 和田清聡
 金沢西RC 野中雅志
 香林坊RC 木下弘治
4. 幹事報告
 ・城北地区開発促進同盟会へ寄付贈呈
5. ニコニコボックス
 奥田君、山上君
 今日は大変暑い日です。今年度、例会もあと5回となりました。
 合計 2,000円 (累計 436,000円)

5月クラブ日誌

- 8日(木) 5月定例理事会 松魚亭にて
 25日(日) 地区協議会 高岡にて

第 1933 回例会

6月5日(木) 晴れ 12:30 ~ 13:30 松魚亭

1. 講話
 書・篆刻家 北室 南苑 氏
 「800人の子ども難民を救った日本船・陽明丸」
2. 出欠
 出席 32名 欠席 16名
 出席率 68.09% ビジター 2名
3. 来訪者(敬称略)
 みなとRC 松川篤裕
 香林坊RC 川きみよ
4. 幹事報告
 ・例会終了後に、次年度理事会開催。北室 南苑 氏
 ・本日18時30分より、松魚亭にて新旧合同理事会開催。
5. 皆出席顕彰
 34ヵ年 本岡三千郎 君
 14ヵ年 中村實博 君
6. ご結婚記念日祝い(敬称略)
 2日 的場晴次
 26日 向峠仁志
7. ニコニコボックス
 奥田君 昨日、靖国神社と国会議事堂を見学してきました。
 奥田君、山上君、吉井君
 中国、唐・宋時代の西夏文字研究科、北室南苑さまをお迎えして。
 本岡君 34ヵ年皆出席顕彰を受けて。
 中村(實)君
 14ヵ年皆出席顕彰をいただき、有難うございます。北ロータリークラブに出会えたことに、感謝申し上げます。
 木下君 5月31日、「木下和吉、議員活動30年市政報告会」を開催致しましたところ、お陰様で、盛会裏に終了することができました。
 誠に有難うございました。
 中浦君 先週は、新聞紙上を賑わしました。金沢国際ホテルを来月1日より、静岡県の呉竹社に事業譲渡することになりました。皆様のご利用に感謝申し上げます。
 併せて昨夜より、片町の北國ビル屋上にて、サントリービアレストランがオープンしました。ご利用をお待ち申し上げます。
 合計 20,000円 (累計 456,000円)



新旧合同理事会報告

6月5日(木) 出席者 20名

- ◆審議事項
 ①新会員候補者の件 (2名)
 ◆その他
 ・最終夜間例会(6月26日)の件

7・8月の例会変更のご案内

-金沢RC.....
- 8月6日(水) 時間未定 ポール・ボキューズ 「納涼懇親会」
 8月13日(水) 休 会
 8月27日(水) 時間・場所未定 「早朝例会」
-金沢東RC.....
- 8月11日(月) 休 会
 8月25日(月) 18:30 ~ 金沢国際ホテル 「夏の納涼例会」
金沢西RC.....
- 8月1日(金) 時間・場所未定 「納涼例会」
 8月15日(金) 休 会
金沢南RC.....
- 8月12日(火) 休 会
 8月19日(火) 時間・場所未定 「納涼例会」
金沢北RC.....
- 8月6日(水) 18:30 ~ 辻家庭園 「納涼例会」
 8月7日(木) 6日に振替
 8月14日(木) 休 会
香林坊RC.....
- 8月4日(月) 時間・場所未定 「納涼例会」
 8月18日(月) 休 会
みなとRC.....
- 7月15日(火) 18:00 ~ ANAクラウンプラザホテル
 「納涼夜間例会」
 7月29日(火) 休 会
 8月12日(火) 休 会
百万石RC.....
- 7月31日(木) 休 会
 8月14日(木) 休 会

講 話 予 定

- 6月26日(木)
 最終夜間例会
- 7月3日(木)
 吉井会長ご挨拶
- 7月10日(木)
 幹事・各統括委員長挨拶
- 7月17日(木)
 ガバナー補佐訪問



ROTARY CLUB OF

KANAZAWA-NORTH

金澤北ロータリークラブ

No.900

発行 2014.6.19th

事務局/金沢市上堤町1番15号 金沢上堤町ビル3階
 TEL:076-222-2525 FAX:076-224-2882
 E-mail:k-kitarc@angel.ocn.ne.jp



会長/奥田久雄 会長エレクト/吉井 清 副会長/勝田浩之 幹事/山上公介 副幹事/佐賀 務 会場監督/中村實博
 会計/小泉幸雄 クラブ会報委員長/的場晴次 会員数/48名 クラブ設立/昭和48年10月3日
 ●例会日/木曜日12:30~13:30 ●例会場/松魚亭 金沢市東山1-38-30 TEL:076-252-2271 FAX:076-252-2273

近況について

会員 大場 修

仕事の内容等については変わらないので近況を少し報告します。

4月になって、時間の余裕が大幅に増えました。つまり暇になったんです。3月までは全くといってよいほど余裕がなく、あれほど望んでいた時間ができると今度は不思議なもので、経済的な不安が頭を擡げます。

私の仕事は、繁閑が極端すぎるのです。おまけに会社の倒産や破産者が増えると忙しくなり、景気が良くなると仕事が減る傾向があるため、上向いた景気を喜んで良いのか、悲しむべきなのか。何はともあれ悩んでいても埒があかないので、今を楽しもうというところに落ち着きました。

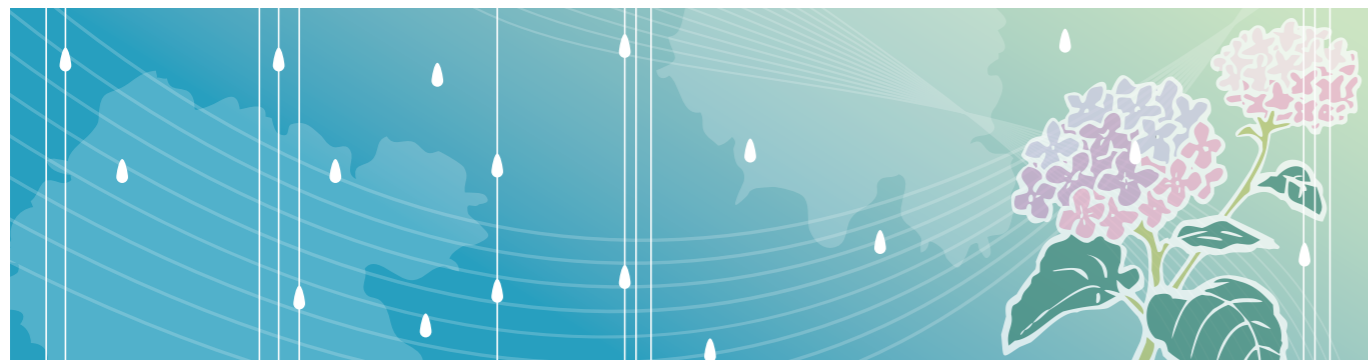
ところで、昨年から畑を借りて野菜を作っています。4月は、かなりの時間を家庭菜園に充てました。素人のやることですから決して上手ではないのですが、季節の新鮮野菜を味わうには十分です。畝を作ったりする力仕事は正直苦手ですが、その後種や苗を植え、花が咲いて果実が成長してゆく姿を見ていると素朴な喜びが湧いてきます。

今年、通信教育で「美味安全野菜栽培士」という資格をとりました。資格といっても、超繁忙期の1ヶ月間に片手間で終了した程度のもので、内容も家庭菜園から販売までと

総花的でした。何か身に付いたという実感は全くなく、断片的な知識だけが記憶に残っている程度ですが、断片的なものが経験によって線から面へと広がってくれればと思います。

野菜作りは、美味しいものを食いたい単純な欲求から始めたことですが、最近社会では「安全・安心」が重要なテーマとなっており、否が応でも気にせざるにいらなくなっています。でも、これが大変なんです。有機栽培は、害虫や病気といった自然環境に抗うために最も有力な農薬をほとんど使えないという制約があり、これはおそらく長い年月をかけた土作り等を経て、はじめてなし得ることです。今の仕事で食べていけなくなったら農業でもやろうかと、一瞬でも思ったのは大きな間違いでした。魚釣りも一緒ですけど、趣味でやるから楽しいんです。当たり前のことですけど。

毎朝2～3時に起きて仕事を始めるという朝型生活の中で、朝の1～2時間程度を家庭菜園や運動に充て、海に波がなく、仕事に余裕があるときは平日でも平気で釣りに行き、夜は一杯飲んで早々に寝てしまう。テレビドラマは一切見ません。そんな生活しててどこが楽しいんだと仰る方も多いと思いますが、慣れてしまうとこれがやめられないんです。



高めよう 自分の中にある治す力

会員 野村 千秋

爽やかな六月の香りが漂います。山々の新緑の眩しさは生きるエネルギーさえ感じます。

私たちに備わった5感を刺激して、脳の活性を促してくれているようで自然に感謝できますね。

このように観たり、聴いたり、感じたり、考えたりの能力は努力して発達させられる事、NLPという心理学で学びました。この表現はVAKと言われて、アスリート達の精神力アップに活用されています。記憶に残っているある場面は、このVAKのどの感覚があるのでしょうか？美しい景色？美味しい香り？顔に感じた空気の冷たさ？美しい楽器の音色？

自分にあるこのVAKを少しだけ意識すると人生がもっと楽しく生きられるようです。そうそう、ゴルフの飛距離まで伸びますよ！

さて、人間の持つ能力はこのように努力して伸ばせるようですが、東洋医学での病気になっても治す力、自然治癒力も同じく努力して高められます。病気になってもすぐにお薬や病院に頼る前に、自分の中にある治す力を上げれるようにゆっくり休みましょう。

この治す力の自然治癒力ですが、残念ながら

一定でなく日々上下して揺れ動いています。

下がる要因は過労、ストレス、睡眠不足、暴飲暴食などです。特にストレスは、心がマイナスになっていると一瞬で下がります。どうぞ心穏やかに感謝して、負のストレス感じたらニコニコ笑ってありがたうで消していけますように。また、食べ過ぎは血液を汚します。綺麗な血液は赤血球が柔軟に変形でき末梢の細い毛細血管を流れることができるので隅々まで血液が行き酸素や栄養が供給されます。食事は飽食を避けて、自然の季節の物を食したいですね。当クラブのランチは最高?! 元気で長生きを助けていますね。もうひとつ、治す力を下げるものは暴飲です。水分もよく飲んで、がばがばでなくゆっくり味わって、出来れば唾液を出すようにしてお飲みください。これからの季節、冷たいものが欲しくなりますが、水も過剰に入れば水毒といって、むくみ、だるさ、めまい、メニエールが出てきます。ここでは漢方薬の五苓散、補気健中湯が役立ちます。自分の体の声を聴いて（VAKのA）無理せずに元気で長生きされ、金沢での地域貢献励まされてください。

第 1930 回例会

5月15日(木)晴れ 12:30～13:30 松魚亭

1. 石川県立美術館 学芸主幹 高嶋清栄 氏
「金沢の文化 再発見」
2. 出欠
出席 30名 欠席 18名
出席率 62.5% ビジター 1名
3. 来訪者 (敬称略)
東京八王子RC 鈴木秀男
4. 幹事報告
・例会終了後、次年度理事会開催
5. ニコニコボックス
奥田君、山上君、吉井君
ゲストに、高嶋清栄さんをお迎えして。
木村君 誕生月です。佃さんのカレーとスープ、美味しかったです。

高嶋 清栄 氏

合計 4,000円 (累計 427,000円)

第 1931 回例会

5月22日(木)雨 12:30～13:30 松魚亭

1. 講話
宝生流 能楽師 藪 俊彦 氏
「町衆が支えた観音院能」
2. 出欠
出席 33名 欠席 15名
出席率 68.75% ビジター 1名
3. 来訪者 (敬称略)
三島RC 大庭治美
4. ニコニコボックス
奥田君 蚕起きて桑を食う小満の候になりました。鱈も旬です。
奥田君、山上君、吉井君
宝生流能楽師、藪俊彦様をお迎えして。
木村君 次男の福井工業大学野球部が北陸野球連の2014年、春季リーグ戦で五連覇（11戦10勝1敗・勝点5）しました。6月10日からの全国神宮大会に出場が決まりました。昨晩は祝勝会で、二日酔い気味です。

藪 俊彦 氏

合計 7,000円 (累計 434,000円)