

Weekly Bulletin 2016-2017



RI会長
ジョンF.ジャーム



人類に
奉仕する
ロータリー

静岡東ロータリークラブ

会長／大村幸代 幹事／細川俊彦

事務局／静岡市葵区追手町2-12 静岡安藤ハザマビル5F TEL054-254-5611

例会場／ホテルアソシア静岡 例会日／毎週 木曜日 12:30～13:30

<http://www.shizuoka-east-rc.jp>



会長
大村幸代

第 2774 回例会

平成 28 年 7 月 21 日 天候 晴

- 《司 会》 細川 俊彦 君
- 《合 唱》 「それでこそロータリー」
- 《BGM》 七重奏曲変木長調
ホルンとピアノのためのロマンス
- 《ゲスト》 なし
- 《ビジター》 なし
- 《本日のお祝い》
お誕生日 7月27日 曾根 正弘 君
結婚記念日 該当者なし
- 《新会員紹介》

新井 健一 君

小山の後任です。どうぞよろしくお願いいたします。長女が松本、次女が川越、私が単身で静岡となりました。皆さんからいろいろ教えていただきながら、ロータリーの役目を果たしていきたいと思っています。

鈴木 広士 君

「すずきひろし」は、同姓同名も多く間違えられ事もあります。国鉄最後の採用ですが、30年前の国鉄と今を比べると隔世の感があります。皆さんとともに楽しく活動したいと思います。よろしくお願いいたします。

長谷川 泰 君

国鉄入社の年が今の会社発足の年で、運命的なものを感じます。祖父から3代の国鉄マンです。17年間の単身赴任を経て自宅に戻り、妻は戸惑っています。スポーツ全般、お酒も好きです。よろしくお願いいたします。

安本 守男 君

名前は「日本の安全を守る男」です。会社は県警の福利厚生会社です。前職は県警でした。趣味のそば打ちには自信があります。ロータリーの活動はなかなか面白そうだと思います。よろしくお願いいたします。

《会長挨拶要旨》 「すいかの話」

大村 幸代 会長



夏の果物「すいか」は召し上がりましたでしょうか。

「すいか」といえば緑の皮に黒の縞模様サクッと切ると中は鮮やかな赤い果肉と黒い種が定番イメージだと

思うのですが、実はこうした品種が広まったのは昭和初期以降で、それまでは黒皮の塊のような果物だったそうです。昔は「鉄かぶと」とも呼ばれていたそうです。

この前、新聞を読んでいましたら、すいかが初値で50万円がついたという記事が出ていました。「でんすけすいか」という品種だそうですがご存知でしょうか。今年の初せりの最高額だそうです。北海道のJA当麻が昭和59年に出荷を始めたすいかだそうです。「でんすけ」というのは二通りの意味がありまして、喜劇俳優大宮敏充さんの舞台名にあやかっただけで、米の減反政策で転作した「田を助ける」という二つの由来があるそうです。

実は当クラブを卒業された松下さんのご自宅の農園を見学したところ、そこに「でんすけすいか」がありました。まだ身は小さくうすすらと縞模様があったのですが、松下さんが言うには、大きくなるにつれて縞模様が消えて深い緑色のすいかになるそうです。食べごろはこれから2週間後だとのことで、すいかの隣に植わっていたとうもろこしも2週間くらいで食べごろだとのことでした。

松下さんからは、冗談交じりに「高田さんに言うと2週間後の朝、収穫されてしまうから内緒にして」と言われましたが、高田さんは今日欠席のようなので、皆さんこの話は高田さんに内緒にしておいてください。

《会員卓話》

「トライアスロンの魅力」



宮崎 貴久 君

私のはまっている趣味はトライアスロンです。皆さんトライアスロンと聞くと非常にハードルの高いスポーツという印象をお持ちだと思いますが、実は私自身学生時代スポーツに

真剣に取り組んだ経験ありません。水泳は小学校6年間通っていましたが、私の入った中高一貫校はプールのない学校だったので、そこで水泳は止めました。

ですが30歳半ばころ健康のためにウォーキングを始めました。そのうち以前所属していたJ.C.のメンバーから10kmのマラソンに誘われ走りました。そうこうしているうちに、ハーフマラソンに挑戦してみました。次はフルマラソンに挑戦しようと練習を始め、シーズン直前の30km走では2時間40分くらいのタイムで走れました。ところが整体院でマッサージ中に内転筋の筋膜を損傷しまして、そのシーズンを棒に振りましたが、その翌年には無事にフルマラソンに挑戦することができました。

内転筋損傷治療中、心肺機能を落とさないためのトレーニングはないかということで水泳に通い始めました。水泳を再開してトライアスロンにも挑戦しようかと考えました。ところがトライアスロンは情報がほとんどありませんでした。トライアスロンの専門誌は一冊しかなく、頼りになるようなショップも少なく、暗中模索の中、ネットとかを駆使してどの程度まで体力が上げれば始められるのかということなどを確認しました。

トライアスロンは1970年代にハワイで始まった競技です。その時なぜトライアスロンが行われたかと言えば、ジョン・コリンズという方がハワイで行われる競技でどれが一番きついか、3ついっぺんにやって判断しようということになったそうです。その一つは海を3.8km泳ぐ競技、もう一つはオアフ島一周180kmを走る自転車競技、そしてホノルルマラソン。それを最初15人で行ったとのこと。

私自身、去年からトライアスロンを始め、この6月には名古屋のセントレアで開催されるハーフの大会に出場しました。スイムが1.9km、バイクが90km、ランが21km、制限時間は8時間という長いレースなので途中でチョコレートを食べ、スポーツドリンクを飲みながら、完走しました。ほとんどの選手がGPS付の時計で距離や時間を計りながら走るのですが、その時計は機能が複雑で私は誤ってクリアしてしまい、時間や距離がわからなくなってしまいました。結果6時間2分のタイムだったので、あと2分は縮めたかったと悔しい思いをしましたが、自分としては良い思い出になりました。スイム、バイクの後のランで2時間を切ったことが、大きな成果でした。来年は一番長いレースに出てみたいと思っています。

私の仲間は、皆忙しい中で3つの練習を並行して取

り組むための工夫をしています。朝30分早く起きて走るとか、会議が終わって40分の間だけプールに入るとか、ちょっとした時間を割きながら練習をしています。またトライアスロンは持久力系スポーツの特徴として努力した結果がそのまま表れるので、それがやりがいにつながっています。

セントレアの大会は約1200人の選手が出場しました。後でインターネットを見て感動したのは、ダウン症の男の子がお父さんと一緒に出場して、完走していたことです。スイムはその子とお父さんが体をひもでつないで、バイクは二人乗り自転車で走って、最後は二人で手をつないでゴールしていました。制限時間8時間ですがその8分前にゴールして、周りの方々も感極まって泣いていました。また最高齢の方が76歳でした。インターネットで拝見すると、2名とも飄々としてゴールした印象があります。ゴールすることよりもそこに至る練習の方がよほど大変ですから、周りは感極まったのですが、本人は自然な流れでゴールされたという感じです。ですから、ここにいる皆さんも努力すれば完走できる対象であると思います。

最後に来月からリオのオリンピックが始まりますがトライアスロンは正式種目になっています。注目は32歳の上田藍選手、身長155cm小柄ですが、驚異的な速さです。特にスイムの後のランを10km36分くらいで走ります。身長155センチで歩幅が155センチ。この歩幅で30分以上走り続けるわけです。8月20日頃オリンピックで競技があるので、興味のある方はTVに注目してください。

《スマイル報告》

小林 創 君 安本守男さん、新井健一さん、鈴木広土さん、長谷川泰さんの入会を歓迎してスマイルします。お陰様でJRトリオ再結成できます。

大村 幸代 君 新井様、鈴木様、長谷川様、安本様の入会を心より歓迎いたします。ロータリーをぜひ楽しんでください。

相原 雄治 君 会員増強委員長として、4名の新規会員が入会されたことをうれしく思いスマイルします。新規会員の皆様よろしくお願い致します。

佐橋 徹 君 新しく四名の新入会員をお迎えすることができました。おめでとうございます。

花房 善之 君 安本さん、新井さん、鈴木さん、長谷川さんをお迎えできたことに感謝し、スマイルをいたします。

《出席報告》

	会員数	出席	欠席	MU	完全欠席	確定出席率
7/21	52(48)	38	10	-	-	-
7/14	48(45)	36	9	-	-	-
7/7	48(45)	43	2	1	1	97.78%

(会報作成 小林 創)