



世界に希望を生み出す

新湊ロータリークラブ週報

例会 毎週金曜日 12:30～13:30

会長 牧田 和樹 幹事 越後 雅俊

No.7



第 2472 回「年男会員新春放談 PART II」

2024 年 1 月 26 日(金)

◆点 鐘 牧田会長

◆ソング 我等の生業

◆1 月在籍祝 中瀬・伊藤・八嶋

◆幹事報告 ・2 月予定表配布

・射水市まちづくりセミナーのご案内

・1 月度理事会報告

能登地震義援金について⇒会員用募金箱設置

IM について⇒全員登録(個人負担 7,000 円)

出席報告<会員数:41 名>法人会員・家族会員含む

出席数	本日出席率(mu 含む)	前々回修正出席率
27 名	71.05%	75.00%



ニコニコBOX報告

牧田会長 年男の皆さん宜しくお願いします。

越後雅・越後正・片岡

牛塚さん、京谷さん、境さん卓話宜しくお願いします。

伊藤・中瀬 在席祝を頂いて。

牛塚 年男です。本日卓話させていただきます。

ニコ BOX 累計額 ￥538,000

「年男新春放談」

牛塚会員

昭和 27 年生まれの今年で 72 才になります。

翌年朝鮮戦争が終結する年で朝鮮特需に沸いていた時代です。この年に生まれた有名人は中島みゆき、さだまさしなど…。また、テレビが昭和 28 年から開局しました。

1 回目の年男は昭和 39 年東京オリンピックの年で新幹線開業など高度成長期真っ盛りの時代でした。当時中学校 1 年生で軟式庭球部に入り、3 年生の時に立川志の輔が入部。それ以来の仲です。柴田翔の小説「されどわれらが日々」が芥川賞を受賞しベストセラーとなりましたが、この本が自分の多感青春時代に一番影響を受けた小説。今も大事に持っています。

2 回目の年男 24 才。ロッキード事件や金利が 7%の年。政治的には激動の年で経済的には安定の年。今思うと比較的穏やかな年だった。富山テレビに就職して 3 年目で、報

道部に所属し記者クラブに出入りし、選挙取材で給料よりも残業代のほうが多く、桜木町を闊歩していました。

3 回目の年男 36 才。翌年の 1 月に天皇陛下が崩御されたので、実質昭和最後の年でした。東京支社に転属となり電通や博報堂など第一線の企業と関わり、色んな知識を蓄えられたサラリーマンとして脂ののりきった時代でした。

4 回目の年男 48 才。管理職の年齢となり企画部長、営業局長と事業局長を兼務し企業の厳しさを味わった時代でした。その後 52 才で新湊ケーブルテレビに転職し今に至っています。

経験が生きて 6 回目の年男 72 才。今年は混とんの中で 1 年を迎えた。地震の震は雨に辰(たつ)でものを動かす。基本的には辰年は発展の年。北陸の地面を動かしてしまいましたが、なんとか地震を乗り越えていい年になったなと思える年にしたい。

「年男新春放談」

京谷会員

今月 20 日に 60 歳の誕生日を迎えましたが、自分が 20 代 30 代の時にはここまで長生きするとは思っていませんでした。私の父も祖父も祖祖父も 4 0 前後に亡くなっているのだから分かってはいる範囲内では京吉の当主の中では私が一番長生きしています。これが私にとって良いことか悪いことかは分かりませんが・・・、

特に、ここ数年の出来事コロナと先日の地震は皆さんにとっても初めての経験だったのではないのでしょうか？

1 月 1 日のお昼ごろに八幡様に家族でお参りに行っておせちを食べて夕方近く、私は近所の神社にお参りに、妻と子供たちは買い物に行こうとして玄関を開けたところで地震が来ました。ア、地震ダ、どうせすぐにおさまるだろうと思っていたのですが、なかなか収まらず、その内に目の前の電柱が揺れて倒れそうになりながらも電線に支えられて倒れずに済んでいる状態だったのが、電柱の下から泥が吹き上がり今度は電柱が地面からすっぽ抜けそうになりそうでした。

地震がおさまってからは、子供たちに直ぐに車に乗って逃げるように言い母親を呼びに行ったら驚いた様子もなく「酷かったね～」とのんびりとした口調で言っていたので、「津波が来るから早く逃げるぞ」というのですが、「え！この格好で？着替えんと？」「じゃ、トイレに行ってからにして！アチャトイレの扉閉まらんぜ！」と言うのを兎に角急がせて山に向かって車で走りだしましたが境石油の信号

の先から大渋滞になっていました。牧野の辺りで「NHKのアナウンサーが兎に角逃げて下さい！！TVを見てないで逃げて下さい」と叫んでいました。SNSで調べると市役所が避難場所になっていたので市役所に一旦行って、母親を子供に預けて車で泊まることを考えてガソリンを入れ、食糧を買いに太閤山ランド前のコンビニに行くと、多分トイレと買い物の人が50人近く列を作って並んでいました。

一晩市役所にいて、津波警報が解除されたので家に戻り家の敷地を見回すと、裏の300坪程ある駐車場の周りの溝のU字溝が崩れてその上に液状化で噴き出した泥が詰まっていた。この泥をどうやって出そうかと頭を痛めていたら、町内会長が災害ボランティアを頼んでくれていましたが、私のJCでの経験から災害ボランティアは役に立たないと思っていましたが、14日の日曜日10時からボランティアの方々が汗だくで泥だらけになって約2時間かけて溝の泥を掻き出してくれました。この方々には本当に感謝しています。中には道を挟んだ向かいの新湊ヤンマーの野村賢政さんや米田木材の米田大樹さん・中村燃料の中村夫妻がライオンズとして手伝ってくださいました。自身も被災した方も大勢いたと思いますがそれを置いて来てくださった方もいて大変感謝しております。もし、自分がライオンズに入っていたら被災した自分の家や駐車場の周りの溝掃除を置いてボランティアに行かなければいけなかったかもしれないと思うと、「新湊ロータリーで良かった」と新年早々思いました。

「年男新春放談」

境会員

私も還暦になりました。皆さん驚かないんですか?(笑)
これからなぜ自分がこんなに若々しいのかをお話します。
私の趣味は2020年から始めた「日課としてのランニング」です。毎日3時半に起きて1時間ほど新聞を読んで体を緩めてから4時半から約38分で6キロを走ります。去年は一年間で1340キロ走りました。月平均にすると112キロです。これくらいになれば皆さんの前で趣味と言えるかなと思い披露しました。

きっかけは49歳の時に医者に血圧が高いと言われ薬を勧められたが抵抗があり、食事や運動生活習慣を変えることで改善しようと思ったことです。しかしなかなか結果が出ず、半年後にしぶしぶ薬を飲んだが血圧を抑えるためだけの降圧剤に自分自身納得がいきませんでした。飲み始めて1年後に知り合いの薬剤師さんに、歩いていれば治るちゃんと言われ、薬をやめてウォーキングを始めました。

目標はとにかく続けること。続けるためには頑張りすぎない。そうすると変化が出てきた。お尻に筋肉がつき、姿勢がよくなって腰痛が治りました。体力に自信がついたので旅行にいつでも疲れなない。肝心の血圧は下がってもいいし上がってもいいが、そんな事も気にならず自信がついてきました。

3年ほど毎日4キロ歩いていましたが色気が出てきて、仕事に影響が出ない程度にちょっとずつ走ってみようかなと思いました。2020年の1月1日から7日まで毎日走ったらやめれなくなりました。2年続いた春に富山マラソン大会に出てみようかなと思いエントリーしました。距離も10キロに伸ばして練習。5時間を切るのが目標でしたが、新湊大橋を降りたところに足がつり完走しましたが記録は7時間。翌年2023年は坂道の練習に重点を置いた。目標は最後まで走り切る、力を出し切る、5時間を切る。坂道トレーニングの甲斐あってか去年よりはスムーズで5時間10分でした。2024年もチャレンジしたい。

やっていることをやめることはむずかしい。と気が付き病気のように毎日走っています。父が亡くなった54才をこえたいと思い健康に留意してきましたがいつのまにか60才。もし私が走るのをやめたらあいつももう終わったなと思って下さい。

第2473回「外部卓話」

2024年2月2日(金)

- ◆点 鐘 牧田会長
- ◆ソング 「それでこそロータリー」
- ◆ゲスト 民謡歌手 寺崎美幸様
富山第3グループガバナー補佐 藤岡啓一様
IM実行委員長 吉田愛一郎様
- ◆2月誕生祝 伊藤

出席報告<会員数:41名>法人会員・家族会員含む

出席数	本日出席率(mu含む)	前々回修正出席率
27名	65.79%	63.89%



ニコニコBOX報告

- 藤岡 G 補佐 ガバナー補佐訪問に参りました。
- 射水 RC 吉田様 IMのご案内に参りました。
- 牧田会長 寺崎さん、2回シリーズの1回目宜しくお願いします。歌が上手くなればいいなあ。
- 倉谷 寺崎様 卓話宜しくお願いします。
- 伊藤 誕生祝を頂いて。孫が東大に留学する事が決まりました。ホッとしています。

ニコBOX累計額 ￥555,000

「民謡を唄ってみよう」民謡歌手 寺崎みゆき氏 教養シリーズ第一弾！

民謡歌手 寺崎みゆきさんの指導のもと全員で「こきりこ節」を唄ってみました。歌を歌う時のコツを教授していただきました。2回シリーズで来週につづきます。成果が楽しみです。

