

ロータリー:  
変化をもたらす

## Nagai Rotary Club



## 長井ロータリークラブ



## Weekly report

国際ロータリー会長

イアン H.S.ライズリー

長井ロータリークラブ会長

渡辺 清隆

第2800地区ガバナー

鈴木 一作

長井ロータリークラブ幹事

大道寺 信

第6ブロックガバナー補佐

小林 正芳

パストガバナー

渡部 保太郎

例会日 毎週火曜日 12:15~13:15

例会場 タスパークホテル TEL0238-88-1833

事務局 長井商工会議所内 TEL0238-83-2047

会報委員 土屋 茂樹・浅野 敏明・栗田 正彦・齋藤 圭央

URL: <http://www.nagai-rc.jp>E-mail: [info@nagai-rc.jp](mailto:info@nagai-rc.jp)

四つのテスト 1 真実かどうか 2 みんなに公平か

3 好意と友情を深めるか 4 みんなのためになるかどうか

平成29年8月1日(火曜日) 第2,715回

&lt;例会報告 NO.4&gt; ゲスト卓話

【月間テーマ】 会員増強及び拡大

山形県よろず支援拠点 連携推進員 漆山 馨氏

## ☆会長挨拶 (渡辺清隆会長)



梅雨の後は猛暑が予想されるこの夏、熱中症に注意することがとても大切です。予防のポイントを四つひろってきました。

1つは(暑さを避ける)です。外出時には日陰を選んで歩き必ず帽子をかぶるようにする。熱中症は室内でも起こるので要注意です。ブラインドや、すだれ、クーラーで28度を超えないようにする。

2つ目は(服装)です。吸汗・速乾素材を活用しましょう。ネクタイや襟などで首回りが締まっていると、胸部の熱気や汗が出ていきにくくなるので、我々ロータリーのようにノーネクタイが良いでしょう。

3つ目に(こまめに水分を補給する)暑い日は知らず知らずじわじわと汗を掻いています。特に湿度の高い日や風が弱くて皮膚表面に気流が届かない条件では、汗を掻いても蒸発しにくくなるので汗の量が多くなります。その分、十分な水分と塩分を補給しましょう。のどが渇く前に水分を補給することが大切です。

尚、汗を掻かないように水分摂取を控えるというのはとても危険です。

汗は皮膚表面で蒸発して体から気化熱を奪うことで体温の上昇を防ぐ働きをするからです。熱中症予防のためには、しっかりと汗を掻き、水分補給をしましょう。

4つ目に(急に暑くなる日に注意すること)です。急に暑くなる日や久しぶりに暑い環境で活動するときなどは注意が必要です。

暑い日が続くと、体は暑さに慣れて暑さに強くなります。即ち、発汗量や皮膚血流量の増加、汗に含まれる塩分濃度の低下、血液量の増加、心拍数の減少など、体温上昇を防いだり塩分欠乏を防いだりという調節が上手になるのです。

尚、こうした暑さに対する体の適応は、気候の変化より遅れて起こりますが、日常の運動で汗を掻くことによっても獲得できます。今からでもウォーキングなどで汗を掻く習慣を身につけておくとよいと思います。

水分補給をしっかりと、日々、運動をすることが大切だということです。ネ。

## ☆幹事報告(大道寺幹事)

- ・長井小さな親切の会平成28年通常総会の資料の送付の案内。
- ・10月14日 インターシティーミーティング  
会場 熊野大社 燈誠殿
- ・理事会報告 9月のプログラム  
9月5日 ガバナー公式訪問について
- ・9月26日 4クラブ合同例会について
- ・今月のロータリーレートが111円と変更になったとの連絡がありました。

- ・早退届  
浅野 敏明 会員

## ☆委員会報告

- ・プログラム委員会 塚田弘一委員長  
9月 5日 ガバナー公式訪問 鈴木 一作 氏  
9月12日 ゲスト卓話 HanaCinema 株式会社  
小山 恒二 氏  
9月19日 祝日休業
- ・出席委員会 伊藤克也委員長  
8月8日 早朝例会 クリーン大作戦参加について  
当日の朝、出席の確認をし、集合写真を撮ります。

### <ご本人誕生日>

- ・前田 昌信 会員 24日
- ・塚田 弘一 会員 3日
- ・大山友規憲 会員 17日
- ・齋藤 慎治 会員 16日

### <奥様誕生日>

- ・那須 修 会員 17日
- ・齋藤 慎治 会員 27日

### <ニコニコ BOX>

- ・塚田 弘一 会員  
県内中小企業の経営支援に尽力いただいている漆山さんに敬意を表します。
- ・伊藤 克也 会員  
南東北総体の開催で長井市内がにぎやかになったので。
- ・中島 浩 会員  
先週は入会式を行っていただきまして有難うございました。これからも宜しくお願い致します。
- ・五十嵐順子 会員  
ゲストを歓迎して。ギブスが取れました。

## ☆ゲスト卓話(漆山 馨 氏)



- ・山形市生まれ。29年3月振興公社を定年退職、29年4月山形県よろず支援拠点連携推進員として現在に至っております。
- ・孫が2人(3人になるようです)好きな言葉「一隅を照らす」
- ・大学卒業後、振興協会入社まで期間が開いていますが、実は父親の会社の後を継いだのですが倒産してしまいました。その苦い経験が今に活かされている気がいたします。

・山形県よろず支援拠点とはなにか?。チラシにもある通り、「売上拡大」や「経営改善」などの経営に関する事、何度でも相談無料で解決のお手伝いをいたします。よろずはその相談窓口を国が改めてつくったということです。スタッフも各専門家の方々がそろっております。

・支援事例については、資料にもあります通り、新事業の設立・立上げの支援、売上拡大の支援、異業種への事業展開支援、事業継承問題の支援、厳しい経営環境解決の支援、など様々な問題のお手伝いをしております。

・よろずのまとめといたしましては、「困ったときのよろず、困らなくてもよろず、よろずは常に寄り添い伴走することをミッションに国が設置。使わない手はない」ということです。

専門家派遣事業そのものです。

・余談ですが

私が子供のころ、家は小さな農家でした。親父は苦勞したと思います。さくらんぼを作っていましたがそれを食べ過ぎて腹痛に襲われ、それがトラウマとなり、さくらんぼは食べませんでした。小学校2年生の頃、朝の登校途中で仲間が農家のさくらんぼを食べてしまった。それが大問題になり学校に親父たちが呼び出されました。親父だけは私の無実を分かってくると信じていたが、周りの人たちに謝罪した事が悔しかった。親父はこう言いました。「お前が食べていないのはわかっている」だけど「お前見てたんだろ?」「なぜ止めなかった?」「言い訳するんじゃない。止めなければ同罪だ。」「お前なら言えたはずだ」「お前は俺の子なんだから。」その一言から私は変わりました。正義感の強い人間になったと思います。駄目なことを止めたりして、周りにも冷やかされました。

そんな話を嫁に話すと、「そういう子、今もクラスに一人か二人いるの」「て、いうか、先に配置するの、そう言える子」それに「そういう子、頭もいいの」だそう。ここまではよかった。それにもう一つ「そういう子、女の子にもてるの」私はガクッとしました。私はあまりもてたことがないのです。嫁のやつ。

こういう子が全国にいるうちは、日本もまだまだ大丈夫だな。

・最後に 「幸いなことに・・・」

自分がコンプレックスに思っていることの頭・最初に「幸いなことに・・・」をつけてみると、今までコンプレックスに思っていたことが逆に違った発想になるのかなという言葉が耳に残ったので紹介いたします。

## ☆次回例会予定

早朝例会 小さな親切運動協賛 クリーン作戦  
午前6時00分～ つつじ公園駐車場集合(雨天 作業中止)

## ☆出席報告

8月1日例会 報告者：伊藤委員長

	会員数 (免除)	出席数	出席率	MU数	修正 出席 数	修正 出席 率
本日	26(3)	19	73.07 %			
前回 (7/25)	26(3)	20	76.92 %			
前々回 (7/11)	28(0)	20	71.42 %	1	21	75%