



ROTARY BRINGS HOPE

ロータリーは 希望をもたらす



国際ロータリー会長 M. A. T. カパラス 第256地区ガバナー 藤田 説量 (三条)

会長 — 日戸 平太 幹事 — 上木 六治 SAA — 外山 雅也

例会日 毎週水曜日 12:30

例会場 三条市旭町2-5-10 三条信用金庫本店 (TEL 34-3311)

事務局 三条市旭町2-5-10 (TEL 35-3477)



出席率: 会員 67名中 48名 : 先々週出席率: 85.07% (前年同期 91.67%)

今日のお花: ピンクカーネーション、アルタイカ

ヴィジター: 大阪南西より 定金寅夫君

三条南より 弥久保藤雄君、葦沢喜一郎君、田中正佐久君、堀越信実君、馬場茂夫君

ゲスト: 三条スイミングスクール 捧 典殿、若林 良殿

先週のメイクアップ: 7/1 分水へ 五十嵐総一君

7/11 燕へ 加藤紋次郎君、山本正夫君

7/13 吉田創立総会へ 日戸平太君、外山雅也君

7/14 三条南へ 近藤与助君、箱崎源伸君、長谷川有美君、五十嵐総一君、小林九満太君、塩原 恒君

7/15 分水へ 森井 司君

会長挨拶: 日戸会長

48枚の花札の1つだけ人間が出ている。しかも傘をさしている。小野道風と蛙の書かれている雨の20の1枚であります。花札、そのルールは日本独特のものでありまして、いろいろ世界中にカードのあそびはありますが、非常に unique であります。その中のたった1人の人物が傘をさしている。— 日本列島は雨が多い、あるいは独特の雨の風土を示しているのでしょう。

「夜目遠目笠の内」と申します。この笠は、三度笠—佐渡おけさのあの笠でありまして、勿

論皮膚科のカサかき、の瘡ではありません。頭は笠の台とも申しますが、この笠であった訳ですが、今日では、カラカサ、コーモリ、パラソル、アレブレラという意味の傘にもこのことわざの意味は通ずる様であります。

夜になると、遠くから見ると、そして傘のなかでは女性は美しく見えると云ったものであります。

美人画、歌舞伎絵には、仇なおねえさん、おにいさんが、蛇の目を持っているのがあります。

三度笠からカラカサに移って来たのですが、このカラには、唐、韓国の舶来と云う意味、また、え（柄）がついている、これをカラと呼ぶとか、開いたり閉じたり～からくりがある～それだからのかさという～そうであります。

Para - Sole ; Para - 防ぐ、Sole - 太陽、太陽を防ぐものの意味

Umbrella ; ombre - 陰、南国はイタリアの日光の多いところで“陰”を作るもの～の意。雨の多いイギリスに渡って、雨傘の意味が強くなった。

傘をさす。～“陰”に入る～少々のアラはかくれて、女のひとも美しく見える、これ「傘のうち」の意でありましょう。

「雨雨ふれふれ、母さんが、蛇の目でおむかえ嬉しいな」～童謡がありました。その時代、家で、母さんは子供のことをいつも考えていたのでしょう。子供は沢山のお母さんのなかに、自分の母さんを見つけて、にっこりして、嬉しかったのでしょう。

こういう雨の蛇の目もいいですが、もうすぐ、パラソル美人が町には多くなると思います。

幹事報告： 上木幹事

・年次大会プログラム委員会開催のご案内

8 / 10 (日) P. 12:00～1:30 ロイヤルホテル

・クリーン協議会担当者会議開催のご案内

7 / 21 (月) P. 12:00～ 商工会議所

・7 / 13 (日) 五十嵐川クリーン作戦 (清掃)

(小雨のため参加者が少なかった)

参加者 — 佐藤君、松縄君、日戸君、上木君、岩井君、渋谷君、榎本君、平原(信)君、五十嵐(昭)君、広瀬君

吉田RC創立総会 (昭和61年7月13日)

藤田G 祝辞

おめでとうございます。渡辺PGから働きかけがあり、橋本PG、渡辺分区代理それぞれのご努力が実って、今日の創立総会になったものと思います。

吉田町は、歴史と伝統の街で、信濃川の氾濫地帯の三条と違って、よい田のある街で吉田と名付けられたのでしょう。

人種、国境を超え人類が共存する為、国際視野で、職業繁栄のその力を奉仕に向けてこそ

一流の街であります。Lions club もあり、お互い切磋琢磨して奉仕に徹しましょう。

“Rotary は希望をもたらす”がRIのThemer、自分の生きるあかしを確め、伝統のある街に新しい息吹きを吹き込み、楽しい、面白い、力溢れる年度になることを念願するものであります。

委員会報告:

国際奉仕委員会 渡辺(宏)委員

ポリオ・プラスの担当としてお願い致します。ポリオ・プラスの負担金として、会費より前・後期で4,000円の負担をお願いするわけですが、それでも目標に足りませんので、方針として何かにつけて御協力をお願いすることになりました。それで早速ですが、ポリオ・プラスのBOXが出来ましたので、その記念に1人1,000円を入れて戴くようお願い致します。なお、健康に関するニコニコBOXのものを、今年はポリオBOXに廻して戴くことをお願い致します。

次に交換学生の件でお願いですが、1年交換学生の日時が一寸変更があり、8月22日に梨本さんが成田まで迎いに行き、その日の夜到着します。梨本さん、川又さんの宅で3ヶ月づつ受入れが決っておりますが、後の2ヶ所が未定ですので、どなたか、是非御協力戴きたいと宜敷くお願い申し上げます。

社会奉仕委員会 佐藤委員長

重ねてお礼を申し上げます。13日の五十嵐川クリーン作戦に御参加を戴き誠に有難うございました。又12日に北三条駅前のロータリーガーデンの清掃と植木の刈込みを致しました。ロータリーアクトに今後の仕上の方をお願いすることになっております。なお、その場所に、木の立札が立ててありまして墨の字がはっきり見えないのですが、良寛に関係ある立札のようですので、皆様の内で何が書いてあるか、又、立札の因縁について御存知の方がおられましたらお知らせ下さい。

青少年委員会 石橋委員

第6回ライラ青少年指導者育成会のプログラムに参加のお願いです。9月20日～21日に、1泊2日の計画になっております。場所は越前浜の新潟県青少年育成センターです。18才～30才の方で社員の方、RAの方の参加申し込みをお願いします。

外山(雅)会員

13日(日)吉田ロータリークラブの創立総会に出席して参りました。吉田町の宇佐美町長を始めPG、藤田G、G事務所のスタッフの方々多数出席の上で厳粛の内にも立派な総会が開かれました。なお、久しぶりに橋畔楼に伺い心洗われる思いでした。

ニコニコBOX



- 大塩君 ロータリーに入会させていただき1年になりました。今後ともよろしくお願ひ致します。
- 川又君 鼻の手術で長らく休ませていただきました。大変快調です。今後がんばりますので。
- 梨本君 本日の講師、捧典さんは僕の中学時代の同窓生です。お若いでしょう？ お会い出来て嬉しいです。
- 佐藤君 五十嵐川クリーン大作戦に御参加下さいました方、ありがとうございました。
- 熊倉君 「三条スイミングスクール」さんに卓話をお願いし、感謝します。
- 野村君 吉田RC創立総会に去る13日出席して。昨日岩井会総会に出席し、皆様に大変お世話になりました。
- 近藤(与)君 小生が常々変転の激しい時代についていろいろ教えてもらっている川又氏が鼻の手術のため入院されておったが再び出席された。益々頭が冴えることだろう。まず退院を祝して。
- 岩井君 岩井会の年一回の総会が昨日無事終了しましたので。
- 日戸君 13日(日)吉田RC、創立総会に出席。橋畔楼の日本ガーデンの美をながめ、ごちそうになって来ました。
- 金子君 ロータリアン誌の注文により吾等が、ガバナー藤田さんを紹介する一文を書いたところ格別のご配慮に接したので。



卓話：捧典殿

私共のスイミングスクールの規模は、25mでございます。スクールとしては丁度中位の規模です。オールシーズンで温水室内プールです。そして室温が年中を通して32℃、水温が30℃を保っております。プールというのは皆様は、学校プールの様に四角でコンクリートを張ったものという感じでしょうが、当方のプールはコンクリート枠の中にアルミのケースをステンレスのパイプで支えた構造です。プールの側には、赤ちゃんの指が入るか入らない程度の穴が空い

ており、そこから給排水をしておりますので、プールの中に入ると、水の流れがあり、排水は24時間濾過しており、プールの中側は緑色の塗料を使用しておりプールサイドはタイル張りになっております。コーチは12名で総勢18名でやっております。プールの水の量は330トン入っております。

58年に長岡のスイミングスクールを見学する機会があり、真冬で雪の多いのに、まるで別天地の様な処で年少組が4~50人泳いでおりました。その時すごく感動致しまして、子供さんの為に三条にもなんとか出来ないものかと思ひ、色々な方々の御賛同を頂いて作ることが出来、今年の1月で満2年になりました。本当に友人、知人、地域の方々、教育関係の方の助言と励ましを頂いて感謝しております。そして運営にも目途がついて参りました。施設ももうすこし上のステップの処に持ってゆけるのではないかとの見透しをもっている処です。でもまだまだ2才でございます、ヨチヨチ歩きでございます。どうか皆様のお力添えをお願い申し上げます。皆様ご存知の第1回世界マスターズ水泳選手権大会が、12日から東京代々木五輪プールで行われており、その最終日の今日お招きを頂きお話を出来ますことを感謝しております。それで泳ぐということは生まれた時から80才まで泳げる他にはないスポーツだと思います。どうか皆様からもプールに入って頂きたいのであります。



マネージャー 若林 良殿

病気になって初めて健康の有難さがわかるのですが、スイミングスクールが健康の為に役立ってゆくことをお話し申し上げたいと思います……と実際について色々とお話を頂きました。

スイミング ア・ラ・カルト

水の中で エクササイズ

エアロビクスだ、エクササイズだのと、シェイプアップスポーツが大はやりだが、これがいまや水の中にまで進出してきた……。

「ウォーター・エクササイズ」。

レオタードの代わりに水着を着て水の中でエクササイズする。つまり水の抵抗を体全体で活用し、自分の動き・スピードに合わせて水の負荷をコントロールしながら体を鍛えるトレーニングである。

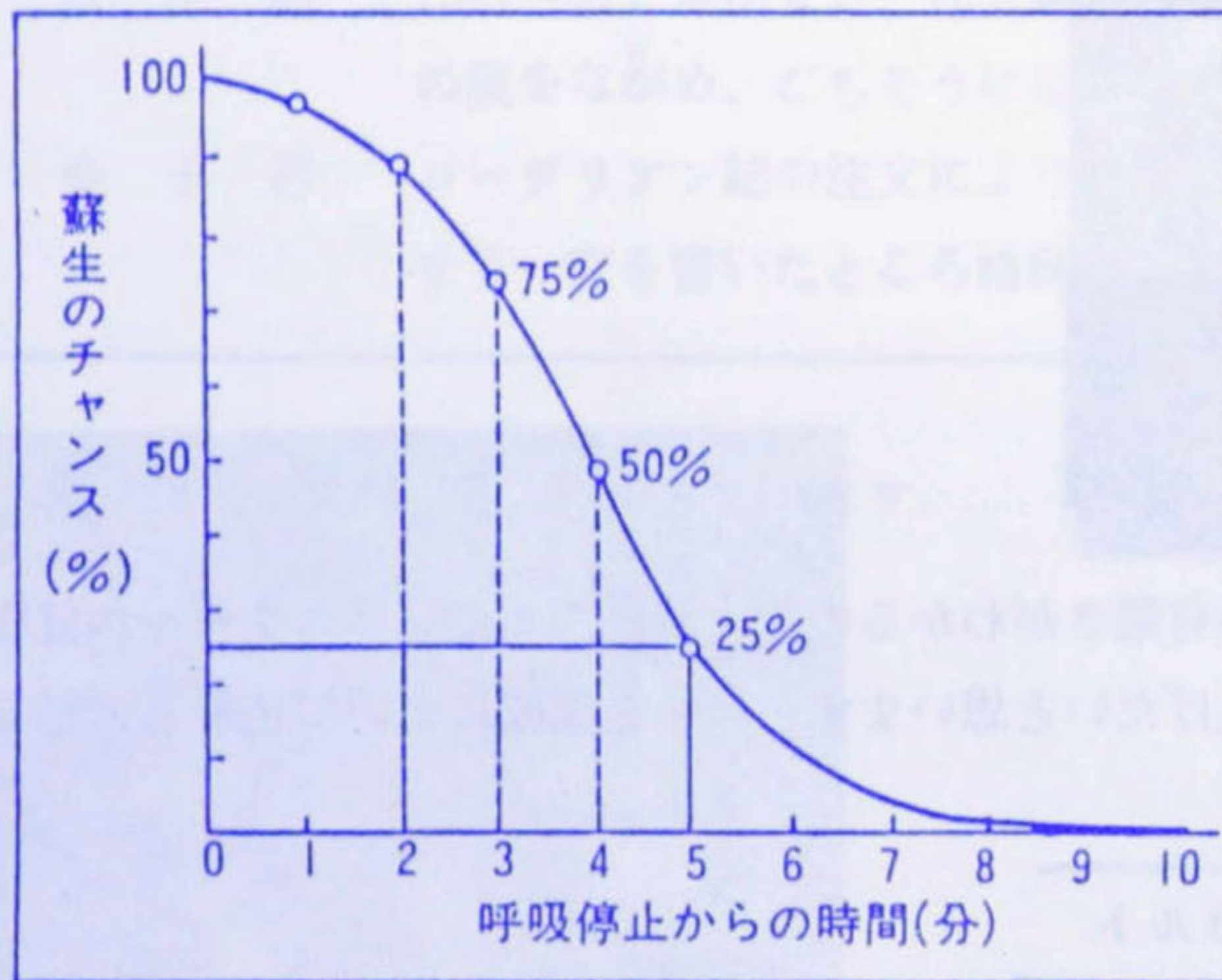
水の中で魚のような動きが要求されるあの水球。水の抵抗に全身で挑んでいくことはこれも

ウォーター・エクササイズのひとつといえる。でも我々一般にはちょっと過激すぎるようだが。ここに、カンタンにできるエクササイズをいくつか考えてみた。やり方しだいではどこまでもハードになるし、ソフトにもなる。特別なルールもなければ、スタイルにこだわる必要もなし。金づちもへったくれもない、自由に自分なりにさあ、トライ！

例えば

- 水の中で歩く。スキップする。手の振りも加えれば相当の水の抵抗である。足首から膝の関節、腰・腕の筋力強化につながる。
- 水中で1人ラインダンス、をしてみる。前方だけでなく後方や左右ヨコにも足を振り上げてみよう。太もも及びふくらはぎの線を整え、背すじもピッとさせてくれる。
- 水中でラジオ体操第一をやる。泳ぐ前の準備運動にもなりそうだ。
- 腰に手を添え、足を前後に開いて上体を左右にひねる。あるいは片側の膝を胸まで高く上げ、腕を頭上で組み上体をひねる。陸の上でもかなりキツイ動きだ。脇腹の脂肪をそそぎ落とすのに効果的。
- ジャンプして浮遊している間、バレエのようにつま先を交差させる。空中ではせいぜい1回が関の山だが水中だと浮力の分2回位はできるかも。股関節と太ももに快い刺激を与える。

〔子供の水難事故をなくしましょう！〕



ドリンカーの生存曲線

次週例会 7月23日 卓話 三条新聞社長 山崎 勲殿

次々週例会 7月30日 納涼例会 寺泊「あだち」