

三条南ロータリークラブ週報

Sanjo Minami Rotary Club



2011. 4.11

No.1991
No.33



出席率	会員50名中37名
先々週の出席率	91.11%
先週の メイクアップ	4/5 田上あじさいRCへ 蕪澤喜一郎君 4/5 AG開催市内4RC 会長・幹事・社会奉仕委員長会議へ 蕪澤喜一郎 大溪秀夫君 野崎正明君 赤塚 寧君 4/7 加茂RCへ 蕪澤喜一郎君 4/8 吉田RCへ 蕪澤喜一郎君 4/8 GSE壮行会(上越)へ 安達 裕君 4/9 R財団国際親善奨学生説明会(新潟)へ 安達 裕君

皆さん、こんにちは。

東京では桜が満開となり、また、日も一段と長くなり、土手には土筆、落の躑躅などが春を告げています。

本日、4月11日は東日本大震災が発生してからちょうど1ヶ月になります。地震、津波の被害の大きかった岩手、宮城県では、電信柱も立つようになり、復興に向け着々と準備が整う様子が映し出されてきています。しかし、福島第一原発事故に伴う、放射性物質の放出は数ヶ月以上に及びとみられ、また、先週7日の深夜には震度6強の余震が起き、多数のけが人がでるなど、まだまだ収束には程遠いようです。そのため避難先での子供たちの学校への編入も行われました。三条市においても新たに小学校4校に11人、中学校に2人が入学し、在校生や教職員から温かな歓迎を受けました。現在、三条市に避難している子供たちは、小学生43人、中学生18人、高校生23人、その他幼稚園児など小さな子供は10人ほどいます。この子供達には、義援金BOXを活用して支援していきたいと思います。

また、先週(4月4日)の例会後、再び臨時理事会を開きました。議題は、「三条市内の避難所への支援物資の追加について」でありました。洗濯機、掃除機、トイレトーパーなどの手配は終わりましたが、その後、体育文化センターからテレビ1台、また、ソレイユ三条からは洗濯機1台の支援の要望がありました。すでに50周年記念の積立金を50万円程とりくずしておりましたので、もう50万円を上積みして、合計100万円をとりくずすことを上程し、協議しましたところ、理事会では異議なく承認されました。これを受けまして、本日の例会で会員の皆様に



会長挨拶

三条南ロータリークラブ 会長
大溪 秀夫

四つのテスト

言行はこれに照らしてから—

- I 真実かどうか
- II みんなに公平か
- III 好意と友情を深めるか
- IV みんなのためになるか どうか



国際ロータリー会長 レイ・クリンギンスミス [アメリカ]
第2560地区ガバナー 東山 昶也 [高田]
第4分区AG 蕪澤喜一郎 [三条南]
会長 大溪 秀夫
幹事 野崎 正明
S A A 平松 修之

事務局 〒955-8666 三条市旭町2-5-10

三条信用金庫 本店内

TEL 0256-35-3477 FAX 0256-32-7095

E-mail info@sanjo-minami.jp

URL http://www.sanjo-minami.jp

再度お諮りいたします。賛成の方は拍手をもってご承認お願いいたします。

ありがとうございました。早速追加させていただきます。

毎日、震災の話ばかりですと、それこそ、「自粛から萎縮」なってしまいますので、被災者への心配りは持ちつつも、今回から“普通の話”もしていきたいと思えます。

本日は肥満についてお話ししたいと思います。結論から言いますと、過体重と肥満は、全死亡率上昇に関連しているということでもあります。“Medical Tribune”の2月17日付の記事によりますと、米国メリーランド州ベセスタの国立衛生研究所(NIH)のAmy Berrington de Gonzalez 博士らが、前向き研究19件のデータを分析し、白人成人におけるBMI(Body Mass Index 肥満度)と全死亡率との関連を検証した結果、健康で喫煙歴のない成人では、BMIが20以上25未満であると、全死亡率が最も低いことが分かりました。

<白人成人146万人が対象>

米疾病管理センターと世界保健機構(WHO)のガイドラインでは、BMIが18.5~24.9を標準、25.0~29.9を過体重、30.0以上を肥満、35.0以上を重度肥満と定義しています。過体重と死亡リスク上昇の関連を検証したこれまでの研究では「リスクがやや上昇する」、「リスクが低減する」との相反する結果が示されており、結論が出ていません。また、肥満の程度別に検証した死亡リスクの差も明らかになっていません。

そこでGonzalez 博士らは、19~84歳の白人成人146万人を対象とした19件の長期前向き研究データから、BMIと全死亡率との関連を検証しました。各研究の追跡期間は5~28年です。検証の結果、健康で喫煙歴のない成人では、BMIが20以上25未満であると全死亡率が最も低いことが分かりました。

健康で喫煙歴がない場合、過体重の女性では、追跡期間中の死亡リスクが、BMI 22.5~24.9の女性に比べて13%高いことが分かりました。肥満(重度を含む)の女性では、死亡リスクが著しく高く、BMIが30.0~34.9の女性では22.5~24.9の女性に比べて死亡リスクが44%高く、35.0~39.9の女性では88%も高くなっています。さらに、BMI 40.0~49.9の女性の死亡リスクは2.5倍でありました。男性においても、ほぼ同様の傾向が示され、男女を総合すると、BMIが5単位上昇するごとに、死亡リスクは31%上昇しました。

同博士は、「今回の研究では、広域なBMIと、肥満と死亡リスクとの関連に影響を及ぼす可能性のある他の因子を評価することができました。喫煙と既往歴は、死亡リスクや肥満と強い関連が示されています。今回はそうした因子を有する者を除外することで、これらの因子による影響を最小限にし、BMIと死亡リスクの関連を正確に分析できました」と述べています。

<人種や民族で異なる可能性も示唆>

飲酒量や身体活動度、教育レベルなどを調整した後も、同様の傾向が示されました。すべての年齢層においてBMI 25以上では死亡リスクの上昇が認められましたが、50歳未満の過体重または肥満の層で、その傾向がより顕著でありました。また同博士らは、BMIと死亡率の関係は、人種や民族によって異なる可能性があるとしており、現在、検証中です。

以上の点をふまえて、日本における現状について考えてみましょう。

日本においても、肥満と判定される人が増えています。肥満は単に体重が重い、脂肪組織が多いということにとどまらず、生活習慣病といわれる、糖尿病、高血圧症、脂質異常症、ひいては、発癌に至るまで多くの健康障害(合併症)を発症させる源流があります。日本においては、BMI 25以上を肥満と判定しますが、その根拠は、BMI 25以上になると疾患を合併する頻度が高まることです。例えば、死亡率や疾患有病率の最も低いBMIは22前後ですが、BMI 22の時の高血圧、高トリグリセリド血症の有病率を1としますと、BMI 25で有病率が2倍になります。また、糖尿病はBMI 27、高コレステロール血症はBMI 29で2倍になります。

「肥満症」とは肥満に起因ないし関連する健康障害を合併するか、その合併が予測される場合で、医学的に減量を必要とする病態であります。簡潔に言えば、治療すべき肥満であります。BMI 25以上は肥満であり、その原因は主として、過食と運動不足であります。肥満症を診断するには、二つのアプローチがあり、一つは健康障害(糖尿病、脂質異常症、高血圧、脂肪肝、蛋白尿など)が一つ以上あること、もう一つは、内臓脂肪からのアプローチで、ウェスト周囲長が男性で85cm以上、女性で90cm以上あれば内臓脂肪蓄積を疑い、CTにより臍レベルでスキャンし、内臓脂肪面積が100 cm²以上であればやはり肥満症であります。

また、先程少し触れましたが、近年、肥満と悪性腫瘍との関連が注目されています。肥満者には男性では大腸癌と前立腺癌、女性では乳癌や子宮内膜癌などの発生率が高いことが明らかにされています。

最後にBMI(肥満度)が高い場合と、腹囲(内臓脂肪蓄積)が大きい場合と、いずれがより危険かと言いますと、BMIは同じでも腹囲が大きい方が、冠動脈疾患も糖尿病も有病率が高く、肥満の程度は軽くても、内臓脂肪蓄積のある肥満の方がより危険で、減量による治療効果も高いので、より積極的に医療介入が必要な肥満と言えます。

次回は子供の肥満と食習慣についてお話ししたいと思います。



野崎 正明 幹事

石本ガバナーエレクト事務所より 『2011-12年度地区協議会』開催のご案内

日時 2011年5月21日(土) 10:00~18:00
会場 ホテルイタリア軒
義務出席者 2011-12年度地区役員、会長、幹事、クラブ奉仕A、会員増強、職業奉仕
社会奉仕・広報、社会奉仕、国際奉仕、新世代奉仕、0-列-財団、
米山奨学 各委員長
会長の推薦する会員：SAA、親睦委員長

柏崎中央RCより「創立10周年記念式典」(2011年6月4日開催予定)中止のご案内

中条RCより「創立50周年記念式典」(2011年6月26日開催予定)中止のご案内

下田ライオンズクラブより「第31回7クラブ有志ゴルフ会」開催のご案内

日時 2011年6月25日(土) AM9:36 OUT、IN同時スタート
会場 下田城カントリークラブ
競技方法 個人戦 18ホールストロークプレイ 新新ペリア方式(9ホール隠し)
表彰式 18:30~ 於:大三

ニコニコボックス
NIKO-NIKO BOX

~ 4月11日 18,000円
今年度累計 571,000円

大 溪 君 本日は旬例会でしたが、中止させて頂き
義援金の一部として送らせて頂きました。
また、急なお願いで申し訳ありませんが
高橋さん、卓話宜しくお願ひいたします。
野 崎 君 高橋さん、本日は卓話よろしくお願ひ致
します。楽しみにしております。
丸 山(徹)君 東日本大震災から1ヶ月が経ちました。
先日、南ロータリークラブから、三条市の
避難者の皆様へ支援品として、テレビ
(46型)1台、洗濯機3台、掃除機4台納品
させて頂きました。
被災者の皆さん、がんばれ!

鈴木(囀)君 ①美しいバラの花、有難うございました。
②本日の卓話、高橋さんご苦労様です。
星野君 高橋さん、卓話ご苦労様です。
平松君 ふんだり、けったりで大変お気の毒です
が、高橋さん、卓話ががんばって下さい。
田中君、銅冶君、渡邊(久)君
BOXに協力致します。

Speech



卓 話

「旅行会社が考える地域振興

~ 観光を基軸とした地域活性化のお手伝い ~」

高橋 祐介 会員

1. 旅行業界を取り巻く環境

今年は、万博やオリンピックなど大きなイベントは無い年ですが、3連休が8回(昨年に比べまして3回も
多い)もあり、またゴールデンウィークも休み方によっては10連休が可能であること。
国内旅行は、新幹線の青森延伸(2010年12月)、鹿児島延伸(2011年3月)や、そして高速道路の休日
特別割引の継続、また、海外旅行は、羽田空港の国際化や円高の継続などもあり、旅行者数は堅調に推移する
と予想されておりました。
しかしながら、3/11の大震災後は、計画停電や原発事故の影響により取消しが相次ぎ、東北方面の旅行中
止はもちろんのこと、県内においても宿泊客数は前年に比べると8割から9割も減少しております。



また、ゴールデンウィークの旅行申込も低調であり、我々旅行会社及び宿泊施設など観光業界は大きな打撃を受けております。

このように先が全く見えない状況ですが、ここに来て、ディズニーランドがようやく4/15から再開するという嬉しいニュースも入ってきており、自粛ムードの中ですが、少しずつでも旅行需要が戻ってきて欲しいと思っております。

2. 旅行会社の考える地域振興

従来、旅行会社は、その地域のお客様を（個人のお客様、企業、修学旅行など）、県外や海外へご案内することを主な業務として参りました。これを『発地型』旅行と呼んでおります。

しかし、これからの旅行会社は、観光のプロとして『いかに地元の地域に他の地域から人を呼び込むか』を真剣に考えて推し進めていくべきだと考えております。

地元の隠れた観光資源を再発見し、それを磨き、PRし、たくさんの観光客を地元へ呼び寄せる。これを『着地型』旅行と呼ばせていただいております。

例えば、JTBのお店は全国に660店舗ほどありますが、ここで働く社員が、それぞれの地域で、地元の人しか知らない隠れた宝物をピカピカに光らせて、お店同士で、「お客様の送りあいっこ」をする。そんなことが出来たら素晴らしいと思っております。

なぜこのような考え方に至ったかと申しますと、現在、全国的にどの地域も「少子高齢化」や「若年人口の流出」により、「定住人口の減少」が大きな課題として取り沙汰されております。

しかしその課題は『交流人口すなわち来訪者の拡大』により解決できると伺っております。

我々、地元の旅行会社は観光のプロという立場で、その地域をアピールすることにより沢山の来訪者に来ていただくことで地域に貢献できるのではないかと考えております。

ちなみに、国が出しているデータによると定住人口1人当たりの年間消費額は121万円とのことで、外国人旅行者7人分、国内の宿泊を伴う旅行者22人分、国内の日帰り旅行者77人分に相当するとのこと。いかに交流人口すなわち観光客を増やすことが大切であるかを教えてくれる指標ではないかと思っております。

3. 観光客をひきつける観光素材のキーワードは？

観光素材には、食・自然・名所旧跡・観光施設・伝統文化・宿泊・祭り・体験などがあげられますが、それが下記の5つのキーワードに当てはまると集客力は抜群のモノになると言われております。

まずは、『本物であること』です。

感動したり感嘆したりする本物感があることだと思います。

例えば、群馬県富岡市の世界遺産登録された「富岡製紙場」などはその建物の本物感は圧巻の一言です。そして三条の本物といえば、世界的に有名な『モノづくり』の伝統があります。

三条鍛冶道場での伝統技術体験は本物体験として集客力は抜群な素材になると思われます。

2つ目は、『ナンバー1であること』です。

1番良いのは世界1ですが、日本1、県内1でも構いません。とにかく「1番」であることが大事だと言われています。「1番」は付加価値が高く集客できる間違いのないキーワードだと思います。日本1の山、富士山はもちろんのこと、来年4月に開業する東京スカイツリーも日本1のタワーということで大きな注目を集めています。

3つ目は、『オンリー1であること』です。

その地域や市町村でしか、食べられない、獲れない、見れないとか、あるいはオリジナリティにあふれている素材も集客力抜群です。

70年以上の伝統がある**三条のカレーラーメン**はもっと全国にPRするべきだと思います。

4つ目は、『サプライズがあること』です。

とにかくインパクトのある驚きの素材は素直に人を集める力を持っていると思います。

下田の**八木ヶ鼻（やぎがはな）**のそそり立つ岩壁の景観は、まさにサプライズな景色であると思われ、この八木ヶ鼻をはじめとする**下田地区の大自然**は他県の有名観光地と比べても勝るとも劣らぬ観光地になりうる可能性があると思われ。

そして、最後はやはりなんと言っても、『女性受けをすること』です！！

女性が「おしゃれ」「かわいい」「癒やされる」と思ってくれるものは人気を集めます。

なぜ女性受けするものが良いかと申しますと、女性のほうが男性よりも直感的に良いモノを見極める能力が高く、情報の発信力が男性の数倍高いと言われているからです。夫婦の決め事も大抵は女性の意見が通るといのは周知の事実であると思われ。

可憐な花を咲かせる**ヒメサユリ**や、癒やしの宿と言われる**嵐溪荘**などは、女性受けする素材であると思われ。

しかし残念ながら、素敵な花であり、素敵な宿なのに県外からはほとんど知られておりません。そして、私が最も注目しているスポットは**三条まちなかの古い町並み**です。魅力ある歴史文化スポットがたくさんある素敵な場所だと思っております。最近では下町ブームであったり、そぞろ歩きのブームであるということもあり、今後、おしゃれなカフェを作るとか案内看板の工夫などで観光客（特に女性）の受け入れの体制がきちんと整備出来れば沢山のお客様で賑わう場所になる可能性を秘めていると思います。

4. 今後の誘客に向けてのポイント

まずは、県外にもっと有効かつ効果的なプロモーションの展開をするべきであると考えます。現状の訪問客の傾向を分析した上でそのれに基づいたプロモーション計画や来訪者の満足度を高めるためにも受け入れ側（観光箇所、人、物）の体制を整えることも必要かと思えます。

非常に素晴らしいマップやパンフレットも作成されているわけですから分析結果に基づき、誘客が高く望めるエリアの高速道路のサービスエリアやショッピングセンターなどで配布するとか、誘客イベントなどを行うなど効果的な方法を考えていくべきだと思います。

例えば北関東道の全線開通により北関東3県、福島方面からのアクセスが非常に便利になりました。今後、このエリア内での行き来は、高速道路の週末割引の継続もあいまって、益々増えてくると思います。他県から沢山の観光客が来訪するチャンスでもあるわけですが、逆を言えば、他県への観光客流出のピンチでもあるわけです。例えば、群馬県の海水浴客は従来、新潟の海（日本海）に来ていましたが、今後は茨城の海（太平洋）に行く人も増えてくるでしょう。そういう意味でも、このエリアで誘客活動をしっかりやっていく必要があると思います。

2つめは広域での連携を強化して観光振興を進める必要があると思います。現在、燕三条地区として『もの作り』ブランドの推進を進めていますが、今後は更に強化すると共に、弥彦、加茂、田上を含めた更なる広域での連携により県央地区全体でのプロモーションなり観光整備を進めるべきであると考えます。燕、三条のみでは宿泊先も少なく、温泉地もほとんどありません。この県央5市町村で連携し地区内の周遊ルートの設定などにより、この地区で宿泊をし、この地区で観光し、この地区で食事をし、更にはこの地区でお土産を買ってもらうなど沢山のお金をこの地区に落とす仕組みを作り出すことが重要です。

3つ目は新潟空港利用の外国人を積極的に誘客することも視野にいれるべきであると考えます。現在、原発の影響により、訪日外国人が激減しておりますが、この地区には、せっかく世界に飛躍する伝統産業があるのですから、今後を見据えた上で、一般の訪日外国人はもちろんのこと中国人高校生修学旅行の誘致に向けて現地旅行社などへのプロモーションや施設内外国語標記の充実など訪日外国人受け入れのための整備も積極的に推し進めるべきであると考えます。

私は、2ヶ月前に三条に来たばかりのいわゆる「よそ者」でございますが、地元の皆さんから見ると当たり前のモノであったり当たり前の場所が、「よそ者」から見ると新鮮で価値のあるものだったりします。一方で素晴らしい素材が沢山あるのに、県外にはあまり知られていない。とてももったいないことだと思います。見せ方や売り方そして磨き方によっては立派な観光資源になると感じています。今後、こういう知られていない素敵な観光素材を県外にドンドン情報発信してゆきたいと思えます。観光を通じて、少しでも、この三条に経済効果をもたらすことが出来たらと願っております。

ROTARY NEWS



ハイライトよねやま 133

2011年4月12日発行【月刊】
(財)ロータリー米山記念奨学会

2

震災から1カ月……東日本大震災関連の続報

●奨学生の安否 第2520 地区、第2530 地区、第2820 地区について、現役奨学生（3 月終了者含む）および合格者、計116 名の安否確認をすすめておりましたが、全員の無事が確認されました。

●国内外から支援の輪

4 月11 日現在までに、台湾学友会から2,576,000 円、韓国学友会から1,630,000 円、中国学友会から1,358,500 円、第2670 地区学友会から37 万円を受領しました。

また、匿名奨学生から「日本で生活するわれわれ外国人も今回の震災に日本人と同じく心を痛め、同じく力を出したい」と、アルバイトで貯めたお金を含め10 万円を寄付してくれたほか、台湾学友会理事長の許國文さん（1975-77/徳島RC）が、自身の所属するロータリークラブを通じてマスクを6,000 枚送ってくれました。これらの義援金と物資は、近日中に被災地区へ送ります。

台湾セブン-イレブンを展開する統一超商社長の徐重仁さん（1976-77/平塚RC）は、「第2の故郷である日本が大きな困難に臨み、いてもたってもいられぬ日々が続いています」とコメントを寄せ、セブン-イレブンの店頭募金などで2億円以上の義援金が集まっていると報告してくれました。

中国で日本語書店を経営する宋東さん（2005-06/鹿児島西南RC）は、これまで3回にわたって店頭募金を日本領事館へ寄付したほか、大連で開かれたチャリティーイベントに出展し、書籍の売り上げを全額寄付したということです。

5 NHKハングル講座に米山学友がレギュラー出演中！



2009年に日本の音楽界にデビューし、クラシカルポップス歌手として日本で活躍する米山学友、Jisongジソンさん（2007-08/昭和音楽大学大学院/大和RC）が、NHK教育テレビ「テレビでハングル講座」（毎週火曜23:00~23:25、再放送：土曜6:00~6:25）にレギュラー出演しています。

Jisongさんはネイティブゲストとして、生徒役のタレント・大沢あかねさんのサポート役を担当します。

「正確で美しい発音を心がけたい。ロータリアンや家族の皆さまに見ていただけたらうれしいです。一人でも多くの方にハングルを知ってもらい、楽しく勉強できるように頑張りたい」と、意気込みを語っています。ぜひご覧ください！

4
APR



国際ロータリー第2560地区 2010~2011年度

GOVERNOR'S MONTHLY LETTER

Past Governor Message



パストガバナー
中條 耕二

ロータリーの先達から教わったこと

ロータリーの先達は「職業奉仕とは何か」との問いに、「一隅ヲ照ラス者、コレ国ノ宝」比叡山を開き天台宗を創設した伝教大師のことばを引用された。

更にロータリーの「社会奉仕」とは「ほどを越す」単なる施しではなく、自分のほどを越えた奉仕こそ真の奉仕と教わった。ロータリーでいう「超我の奉仕」であろうかと。

このたびの東北関東大震災は、日本列島に生きるすべての人々に、自然の猛威と、電力というエネルギーをつくる原発に対し、近代科学の限界を知ってしまった。

天災は忘れた頃にやってきて、我々現代人の傲慢さと、その虚を突かれてしまった。

米国を敵にしている戦乱が原爆投下となり、地震・台風・雪害・豪雨、あらゆる猛威と戦いながら、国民は悲惨で痛烈な体験をしてきた。及ばずながら長岡の大空襲の時は、小生は国民学校四年生だった。「一億一心、勝つまでは欲がりません」と叩き込まれたことを思い出す。

今こそロータリアンは先達から学んだ職業奉仕「一隅ヲ照ラス」ことに傾注するときだ。物心両面の「ほどを越す」奉仕の心をもって対処すべきと信じる。

首都圏で使う電力の供給源は東北地方である。新潟県も入る。この一例をみても、日本国民が一体となり人間にとって不可欠な「水と電力」の確保と戦わなければならない。

人は一人で生きられない。群れで生きる。ロータリーという組織の絆は大切と口では言うが、現実には直面し、ロータリーの組織の中から少しでも、奉仕の灯をみんなで発光し、お互いに智慧を出し合って難局に立ち向かおうではないか。

諸外国は日本を良くみている。ガンバレ日本。ロータリーガンバレ。夢と希望と今は淡い光をめざしてガンバリたい一心でしかない。

東山ガバナーからメッセージのご指示を与えられた。ありがたいことである。拙文になったことをお許しいただき、今は唯、RI2560地区の英知を結集して平凡なことばながら、人間社会の協調と結束をするときではないだろうか。

表紙について

奥村 土牛 おくむらとぎゆう(東京都出身)

1889-1990

■「醍醐」

1972(昭和47)年作

山種美術館蔵

ロータリーの友 1994年4月号表紙より

三條南ロータリークラブ週報

2011. 4.11

No.1991 No.33