

# 三條南ロータリークラブ週報

## Sanjo Minami Rotary Club



出席率	会員51名中40名
先々週の出席率	95.92%(4/28)
ゲスト	三条市福祉保健部 田村 直様 2006~07年度一年交換学生 レナ フェルドタングさん 交換学生カウンセラー 長谷川晴生様
先週のメークアップ	5/14 三条RCへ 星野健司君 野中 悟君 渡辺俊明君 山田雅一君 吉井正孝君 5/15 三条東RCへ 坪井正康君 渡辺俊明君 5/17 米山奨学生オリエンテーション & 歓迎会(新潟)へ 熊倉高志君



ロータリーを实践し  
みんなに豊かな人生を

2013-2014年度 ーのテーマ

### 会長挨拶

三條南ロータリークラブ会長

草野恒輔

こんにちは。  
本日はゲストスピーカーとして三条市食育推進室長 田村 直様においていただいております。どうぞ、よろしくお願いいたします。

また、2006~07年度一年交換学生のレナさんがドイツから、そしてレナさんのカウンセラーを務めておられました長谷川晴生さんが出席です。心から歓迎申し上げます。

吉田松陰の第2弾です。

吉田松陰 2

#### 1 何を選ぶか、どう選ぶか

自分にとっての利益。  
これをなるべく増やそう、残そうとすればするほど、判断基準がぶれ、迷いが生まれます。  
反対に、自分の利益さえ一番後回しにできるなら、やろうがやるまいが、どれを選ぼうとも、物事は気持ち良く進んでいくものです。  
自分のことを考えると、かえって自分の為になりません。

#### 2 運が向かない人の考え方

壊そうとするから、壊されるのに、  
打ち負かそうとするから、打ち負かされるのに、  
人を見下すから、人から見下されるのに、  
そうとは気づかずに、苦しんでいる人は本当に多いものです。  
そしてすべてを失いそうになってもなお、その原因を作ったのは自分自身なんだって、考えが及ばないのは、本当に悲しいことです。

### 四つのテスト

一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 ロンD. バートン [アメリカ]  
 第2560地区ガバナー 山崎 堅 輔 [中 条]  
 第4分区分AG 鈴木 守 男 [三条東]  
 会 長 草野 恒 輔  
 幹 事 平 松 修 之  
 S A A 齋 藤 嘉 一

事務局 〒955-8666 三条市旭町2-5-10  
**三條信用金庫 本店内**  
 TEL 0256-35-3477 FAX 0256-32-7095  
 E-mail info@sanjo-minami.jp  
 URL http://www.sanjo-minami.jp

### 3 また会いたくなる人

毎日、少しずつ「いいこと」を積み重ねていると、本人も知らないうちに、身のこなし方が洗練されていき、顔とか背中から存在感があふれてくるものです。

どれだけ外見に気がつけたところで、この魅力に及ぶものではありません

### 4 非凡にとっての普通

自分はそのころの連中とは違う。そんな風に考えている人こそ、まさに「平凡」だと思います。平凡か、非凡か、なんてどうでもいいことなんです。

ただ何かを真剣に追いかけてさえいれば、いつか自然と「非凡な人」になっていることでしょう。

### 5 人物

私が尊敬するのはその人の能力ではなく、生き方であって、知識ではなく、行動なんです。

### 6 足並みが揃うのを待たず、自分から走り出せ

死にものぐるいの人が一人でもいれば、全員がその勢いに引っ張られて、本気になります。

弱かったチームも、一瞬で強いチームになります。

強いリーダーがいるところには、弱い部下がない、というのはそういう理由です。

では、お待ちかねの2句。

立ちあがり 用事忘れて また座る  
歩こう会 アルコール会と 聞き違え

## ようこそ 三条南ロータリークラブへ

2006～07 年度一年交換学生

Lena Feldtange さん



皆さん、こんにちは。レナです。

2006年8月から2007年6月まで約1年間留学生で三条にいました。

それは、私にとっては初めての経験と冒険でした。

日本に来ることは私の夢でした。その10か月、いろいろな勉強をして、すごくいい人に出会いました。“なんで日本がそんなに好き？”日本人はいつも私に質問します。

それは、大好きな友達と家族がいるからです。ロータリーに感謝しています。私には二つのふるさとがあります。それはロータリーが私のために与えてくれたことです。本当にありがとうございます。

また日本に来たいと思います。どうぞよろしくお願いします。

#### R I 1850 地区交換学生

1989年生まれ ドイツ北西部 ニーダザクセン ノルデンハム出身

三条東高等学校（2年8組）へ留学。

三条東高校 加茂市 阿部美聖さんがドイツへ

ホームステイ先 ① 交換学生 阿部さん宅

② 馬場一敏さん宅（2006～07年度会長）

③ 住谷哲雄さん宅（お孫さんが三条東高校在学）

④ 長谷川晴生さん宅（カウンセラー 2004～05年度会長）

- ❖ ドイツで「東日本大震災」の募金活動をされ、300ユーロを集め、また、レナさんを交換学生として派遣されたノルデンハムRCから200ユーロ、合わせて500ユーロ（52,588円）を2011年10月に届けてくださいました。10月7日、國定三条市長に義援金を直接お渡ししました。



平松修之 幹事

## 山崎ガバナー事務所より「感謝の集い」開催のご案内

日 時 2014年6月28日(土) 16:40~19:00  
 会 場 中条グランドホテル  
 出席要請 2013~14年度地区役員、クラブ会長

## 佐々木ガバナーエレクト事務所より「2014~15年度地区インターアクト年次大会」開催のご案内

日 時 2014年7月12日(土)~13日(日)  
 会 場 第一日目...長岡工業高等専門学校 第二日目...長岡グランドホテル  
 大会テーマ 『Globalへ!! ~世界を知ることから始まる国際交流~』

## 分水ロータリークラブより「創立40周年記念式典」出席お礼

※ 5月10日 於：燕市分水公民館 当クラブより10名出席

# ニコニコボックス

NIKO-NIKO BOX

~ 5月19日 16,000円  
今年度累計 740,661円~

**フェルトタング レナさん** 第二のふるさとへ戻って来た感じがです。なつかしい皆様にお会いできてとても嬉しいです。

**長谷川晴生様** ご無沙汰いたしました。2011年以来3年振りにドイツからレナ嬢がやって来ました。今週末には帰国致します。今晚のプログラムにも参加させていただきます。

**草野君** 田村さん、レナさん、長谷川晴生さん いらっしやいませ。ごゆっくりお過ごし下さい。私はマカオ風邪にやられました。なかなか治りません。

**平松君** レナさん、長谷川晴生さん、ようこそいらっしやいました。また、本日の卓話ゲスト 田村 直様より「三条市の学校給食」をテーマにお話いただきます。よろしくお願ひします。

**馬場(信)君** レナさんをお迎えして、ご歓迎申し上げます。思い出に残る日本滞在でありますよう祈念しています。

**吉井君** レナさん、長谷川晴生さん 久しぶりです。ゆっくり三条を楽しんで行って下さい。

**坂井君** レナさん、長谷川さん ようこそいらっしやいました。

**田代君** レナさん、お久しぶりです。ようこそお越し下さいました。

**石山君、佐藤(嘉)君、佐藤(秀)君、滝口君、田中君、銅冶君** BOXに協力いたします。

**丸山君** 土、日曜日 東京に行って来ました。気温が高く、夏日で汗を沢山かきました。久しぶりに孫にも会えて良かったです。  
*Lena, welcome back!*

# Speech



卓話

## 「三条市の学校給食」

三条市 福祉保健部健康づくり課食育推進室  
室長 田村 直様

みなさん、こんにちは。市役所食育推進室の田村です。  
今日は、松崎先生から声を掛けていただき、この場に伺いました。  
テーマは学校給食のこと、また今話題になってしまった「牛乳」のことをとの依頼でしたので、お伝えしたいと思います。よろしくお願ひいたします。

まず、この度の牛乳問題は急に降って湧いた話ではありません。10年来ずっと悩んでいた、まさに懸案事項でした。配布資料の新聞記事に端を発し、テレビ、新聞などの多くの取材があり、やや困惑しているのが本音で



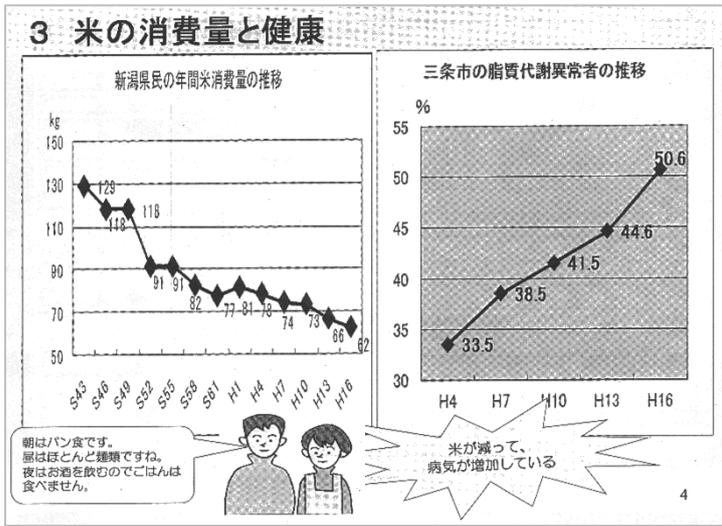
す。学校給食に牛乳が付き物という根強い観念が、周囲を騒がせているものと思います。この度の件で、市長はテレビ局 14 番組、新聞 8 社の取材を受けました。給食と牛乳のことに詳しい方々からは、「パンドラの箱を開けるようなものだ」と、評されるほどです。

よくご存じない方のために、概略を申し上げます。今年の 12 月から来年 3 月までの 4 か月、学校給食の牛乳を試験的に停止するというものです。合わせて、牛乳停止により浮いた経費を増税分に回し、給食費の値上げをしないというものです。

牛乳の話の前に、三条市の給食についてご紹介します。皆さまご存知でしょうか。三条市の学校給食は平成 20 年 4 月から完全米飯給食、つまり毎日毎日例外なく、ご飯を主食にした給食を実施しています。しかし、一般に学校給食と言えば、まず想像するのはパンと牛乳ではないでしょうか。それは、学校給食が戦後の食糧難な時代に、子供の栄養不足を補う目的で、アメリカ等から贈られた小麦粉でパンを作り、脱脂粉乳でミルクを作り、始まったものだからです。

昭和 50 年代初めに米飯給食が余剰米対策で導入され、次第にその回数を増加し、今では全国平均で週 3 回を超えるまでになりました。その中、三条市は週 5 回すべて米飯給食なのです。この取り組みは、平成 15 年の 9 月に原則米飯給食という形で始まり、平成 20 年 4 月には 1 回の例外もない完全米飯になり、現在に至っています。

なぜ米飯給食なのか。その理由は、子どもたちの健康です。私たち大人の病気、糖尿病、高血圧、痛風、心臓病、脳疾患…などの生活習慣病と呼ばれる疾患がどんどん増えています。【資料】の右側のグラフは、三条市民の高脂血症、コレステロールの高い市民の年次推移です。倍増しました。それに反して、左側のグラフは県民の年間米消費量の推移です。これはどんどん減り続け、昭和 30 年代に比べ、現在は半量以下の 60 キロ（米俵 1 俵）を下回っています。米どころ新潟県人もご飯を食べなくなっています。



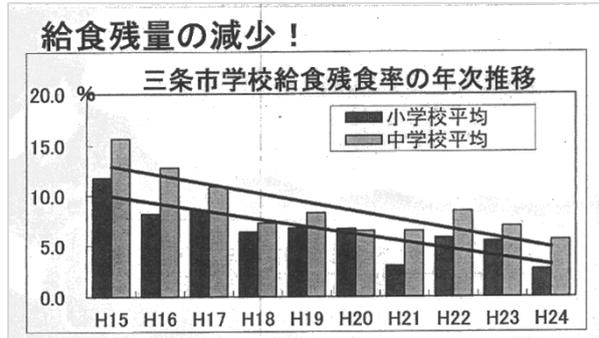
が反比例しているのです。私たち日本人は、古来からの主食である米を食べずに病気になっているのです。ご飯食のいいところは、①お膳の形をとり自然と栄養バランスがとりやすいこと、②油の使用や脂肪含有量が少ないこと、③お米が日本で自給できること、④粉にせず粒のまま食べるご飯は、日本人の体質に合っていることです。

大人の誰もが自覚しているように、私たちはこれまで培ってきた生活習慣を変えることは難しいです。どんなに良い情報を得ても、①まず関心を持つか持たないか。②関心を持って情報も理解し、③実行に移すかどうか。④実行に移しても継続するかどうか。

そこで、大人よりもずっと柔軟で、素直な子供たちの食事に着眼しました。行政が、家庭の食事についてあれこれ言うことはできませんが、給食には介入できます。また、給食は子供にとって「大好きな友だちと食べる集団の食事」であり、「9 年間継続する食事」であり、何より「選ぶことのできない食事」です。子供たちの将来の食嗜好や食習慣に、大きな影響を及ぼす食事です。

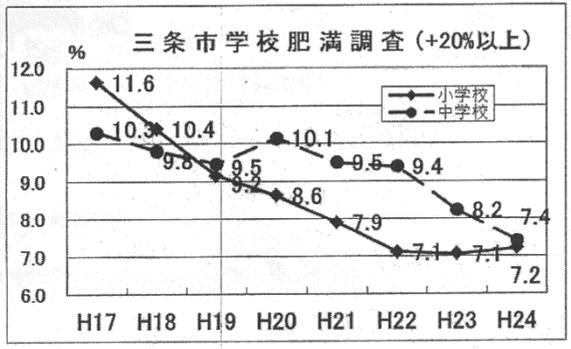
学校給食をより望ましい「理想形」にしようという試みが「完全米飯給食」です。「完全米飯給食」の目的は、米消費ではなく、子供たちの生涯にわたる健康習慣の基礎づくりを目指すものであることをご理解ください。

「完全米飯給食」に移行する際、多くの大人から「国際化の時代である」「子供が可哀そうだ」「残量が増えるのではないか」などの反対の声がありましたが、幸い【資料】のように給食の残食率は減少し、子供たちの肥満も減少傾向にあります。



完全米飯給食へ移行の際、「子供の声は聞かないのか」という意見もありましたが、学校給食が教育の中の食事であり、食育ですので、意見は聞きません。他の教科で子供たちに「何を勉強したいの？」と聞かないのと同じです。当時、麺給食もありましたので、製麺組合の会長さんが市長を訪ね「市長さん、ご飯がいいのは分かりますが、毎日毎日ご飯では子供が飽きてしまうでしょう」と言いました。市長は「貴方方は子供たちが算数や国語に飽きたと言ったらやめさせますか！」と反論しました。

## 肥満の子どもが減少傾向！



まだまだ市長への便りでは、「パンや麺の給食を！」という意見は届きませんが、この米飯給食への取り組みが始まって、ほぼ10年を経過します。最初の子供たちは高校生です。今の小学生は全員、学校でご飯以外の給食を食べていません。保育所から入学した子供たちは、3歳から給食はいつもご飯です。当然、家庭の食の影響は大きいので、そう簡単ではありませんが、この子供たちが将来、親になり、育てる子供たちは「ご飯がなくちゃ食事じゃない！」「ご飯がないと物足りない！」という、日本人としてごく当たり前の食嗜好、食習慣が戻ってくると、信じています。

三条市の給食の現状をお話しました。こうした背景の中、こ

この度の牛乳停止が浮上しました。パンを主食にしているうちは、牛乳はぴったりの飲み物です。しかし、ご飯食に牛乳！いかがでしょうか。焼き魚や、煮しめに牛乳！

「ご飯食に牛乳は合わない！」「牛乳はどのタイミングで飲めばいいの？」という感覚は、大半の日本人はもっているのではないのでしょうか。

ただ、今の40歳代以下の人たちの中には、食事の時に牛乳を飲むのが普通になっている人もいます。食事の際、思わず冷蔵庫から牛乳を取り出すようです。「そんな人を『給食くん』という！」という4コマ漫画を見たことがあります。学校給食への痛烈な風刺です。長い間の学校給食の弊害だと感じています。

先に話しましたが、学校給食がアメリカからの贈与物資、小麦粉つまりパンと脱脂粉乳つまりミルクで開始されたこと、合わせて国の酪農振興法との絡みの中で給食が実施されたことから、「給食に牛乳」は誰もが疑う余地のない組み合わせでした。この度の三条市の取り決めを受け、報道各社が道行く市民にインタビューする場面がありましたが、多くの方はきょとんとして「給食に牛乳って、当たり前！」という表情です。その人たちの経験した給食は大半がパン給食だからです。三条の事情、つまり給食の主食がご飯であるという事実を知ると、「牛乳は合わないですよ！」という対応に変わります。

ここで肝心なのが、牛乳が悪い！とか、牛乳は要らない！と、言っているのではなく、ご飯食には合わないということです。給食にパンが登場するのなら違和感は少ないかも知れませんが、毎日例外なくご飯を主食にする三条市の給食には合わない！ということです。

本来、給食にご飯が導入された時点で、ご飯の時は牛乳なしにすべきことだったと感じています。

平成19年に一度この牛乳についてチャレンジした経緯があります。それは、給食時間以外に牛乳を飲ませるといったものでした。時期が悪く、冬場の試行でしたので、全ての学校から「不可能」の返答でした。一気に牛乳を飲むのでお腹の痛い子供が出た。冷たくて飲みにくい。給食時間が2度あるようで手間がかかる。などの理由からでした。

昨年12月に和食がユネスコの無形文化遺産に登録されました。三条市の完全米飯給食は、和食を次世代へ繋ぐ取り組みとして高く評価されました。給食は子どもたちにとって、ただの昼食ではなく、食育です。学校給食法の目的も、従来の不足する栄養を補うだけでなく、子どもたちが食を学び、食から学ぶ「食育」が謳われています。「不足を補う食」から「学ぶ食」への転換です。以前から懸案であった「給食における牛乳」、機は熟したと考えています。

一点、課題は完全栄養食品と呼ばれる牛乳に変わる栄養素の確保です。中でもカルシウムです。他の栄養素は、子供の1日の必要量の3分の1をとることが目安にされていますが、カルシウムは家庭での不足が懸念され、必要量の半分の50%が摂取基準になっています。正直、牛乳には多くのカルシウムが含まれているので、簡単に代替することはできませんが、小魚、海藻、ゴマ、大豆製品、緑黄色野菜など、和食の食材を多用し、おかずを充実させ、基準を目指したいと考えています。

さらに、保護者の皆さんに趣旨を理解いただき、子供の食事の83%以上を占める家庭食について今一度見直し、子供の食事を充実していただきたいと考えています。

三条市の食育推進計画には「おいしく食べる、ゆたかに生きる」を掲げています。繰り返しになりますが、学校給食は「補う食」から「学ぶ食」への転換を目指します。さらに言えば、日本人の本来の食への回帰を目指します。皆様にはご理解くださるようお願いいたします。

Sunday	Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday	Saturday
1 2014 6	2 ◆南 RC 卓話 第4分区 ガバナー補佐 鈴木 守男 様	3 ◆北 RC 移動例会 於：さる〜ん ※記帳が できます	4 ◆三条 RC 卓話 第4分区 ガバナー補佐 鈴木 守男 様	5 ◆東 RC 「クラブ・ フォーラム」	6	7 <b>D</b> 歴代地区 幹事会 於：響香 (新潟市)
8	9 ◆南 RC クラブ休会	10 ◆北 RC 卓話 司法書士 大島 留美子 様	11 ◆三条 RC 「クラブ・ フォーラム」 高橋 司 会長エレクト	12 ◆東 RC 「クラブ・ フォーラム」	13	14
15	16 ◆南 RC 「クラブ・ フォーラム」 佐々木常行 会長エレクト	17 ◆北 RC 「今年度を 振り返って」 丸山 勝 会長	18 ◆三条 RC 「一年を 振り返って」 丸山 行彦 会長	19 ◇東 RC 「一年を 振り返って」 小出 和子 会長 大方 一 幹事	20	21
22	23 ◆南 RC 「クラブ・ フォーラム」 佐々木常行 会長エレクト	24 ◆北 RC 「会長幹事 SAA慰労会」 於：ロイヤル ホテル ※記帳が できます	25 ◆三条 RC 「会長幹事 慰労会」 於：二 洲 楼 ※記帳が できます	26 ◆東 RC 「会長幹事 慰労会」 於：加 賀 苑 ※記帳が できます	27	28 <b>D</b> 感謝の 集い 於：中条 グランドH
29	30 ◆南 RC 「会長幹事 慰労会」 18:30~ 於：松木屋					

**\*近隣RC例会変更のお知らせ**

- 分水RC 6月17日(火) 新旧役員交代慰労会 新潟大栄信用組合/本店
- 加茂RC 6月19日(木) 会長幹事慰労会 加茂産業会館 2F
- 燕RC 6月26日(木) ⇒21日(土) 新旧役員交代慰労会 燕三条ワシントンホテル

ときを超えて  
あの日一枚

吉沢 栄一 会員

3歳くらい?  
万代シティーで...



**三條南ロータリークラブ週報**

2014. 5.19

No.2118 No36