



# 三次中央会報

ロータリークラブ

事務所 / 広島県三次市十日市東 1-16-19  
 TEL (0824) 64-1245  
 FAX (0824) 64-1245  
 E-mail m-c-rc@vega.ocn.ne.jp  
 http://mcrcc.server-shared.com

例会場 / 広島県三次市十日市南 1-10-1  
 三次グランドホテル

例会日 / 月曜日 12:30~13:30

2025-2026 ROTARY INTERNATIONAL DISTRICT 2710

- 本日のプログラム ゲスト講演 訪問診療グリーンクリニック  
 院長 福山耕治様 「文化・サブカルチャー  
 から見た三次の観光について」
- 次回例会日時 2026年3月2日(月) 12:30~
- 次回プログラム 会員卓話/職業奉仕委員会

会長 / 大井 睦子  
 幹事 / 重信 優

## ■第1485回例会記録

- 日時.....2026年2月9日(月)12:30~
- 点鐘.....会長
- 国歌「君が代」斉唱.....全員
- ソング「我らの生業」.....全員

よいことの  
 ために  
 手を取りあおう

Rotary

●2025~2026年度 三次中央RCスローガン  
 Love and Peace

■開会挨拶.....大井会長

## 2月の誕生石はアメシストとクリソベリル・キャッツアイです

皆さん、こんにちは。

週末はひどい積雪で、雪かきが大変だった方が多かったのではないのでしょうか。お疲れ様でございます。

当クラブでは創立記念事業として、みよし運動公園に「三次市の木」である榎の木の植樹し、「四つのテスト」を刻んだ記念碑を寄贈しました。その記念碑が近年木々の陰に隠れて見えなくなっていました。そこで、山崎会員の会社である山崎電設工業有限公司様にお力をいただき、記念碑の移動を今朝行っていただきました。しかも、ボランティアです。重機も出させていただきました。山崎会員、どうもありがとうございました。会社の皆様にも厚く、厚くお礼を申し上げます。本当にどうもありがとうございました。

後半のプログラムは、青少年奉仕委員会担当で、中島会員の卓話になります。中島会員は先ほど三次へ帰って来られたとのことで、お疲れのところ申し訳ないのですが、後ほどよろしく願いいたします。

さて、2月の誕生石には、気品と神秘性を感じさせるアメシストと、希少性と守護の力で知られるクリソベリル・キャッツアイがあります。それぞれが異なる魅力と意味を持ち、古くから人々に大切にされてきました。

まずアメシストは、美しい紫色が印象的な水晶の一種で、和名を「紫水晶」といいます。石言葉は「誠実」、「心の平和」、「高貴」、「真実の愛」などで、心を落ち着

かせ、精神を安定させる石として知られています。古代ギリシャでは酔いを防ぐ石と信じられ、中世ヨーロッパでは高貴な身分の象徴として王侯貴族や聖職者に愛用されました。モース硬度は7で、日常使いのジュエリーとしても十分な耐久性があります。ストレスの多い現代社会において、内面の調和をもたらすお守りとしても人気の高い誕生石です。



一方のクリソベリル・キャッツアイは、光を当てると猫の目のような一本の光条が現れる「シャトヤンシー効果」が特徴的な宝石です。石言葉は「守護」、「洞察力」、「未来を見通す力」、「金運」などで、持ち主を災いから守り、正しい判断へ導く力があるといわれています。特にキャッツアイ効果ははっきりと現れるものは非常に希少で、古来より護符や魔除けとして珍重されてきました。モース硬度は8.5と高く、アメシスト以上に傷がつきにくい丈夫な石です。

このように、2月の誕生石は、癒やしと精神性を象徴するアメシストと、強い守護力と鋭い直感を象徴するクリソベリル・キャッツアイという、内面を支える力を持つ宝石が揃っています。どちらも冬の終わりに生まれた人の心に寄り添い、新たな季節へ向かう力を与えてくれる誕生石といえるでしょう。

■幹事報告.....重信幹事

- 次回2月16日は夜間例会です。
- 次週例会前18時30分より臨時理事会を開催します。理事役員の方よろしくお願ひ致します。
- 会報と抜粋の綴りを配布しております。
- ロータリー手帳の受付を回覧しています。事務局までご希望の方は申し出てください

■出席報告.....中西委員長

大変な雪でした。今朝雪かきをしましたが、凍り付いたのをガリガリとやりました。今は主人のありがたさがわかります。男性の方は逆に奥様のことをたまには気遣って下さい。

●第1483回 1月26日

会員数	32名	Make-up	2名
欠席	4名	出席合計	30名
欠席者のうち規定免除	0名	出席率	93.75%

●第1485回 本日の出席は32名中28名です。

■チーム紙芝居.....安藤会員

皆様雪の中ご出席ありがとうございます。先週紙芝居について発表しましたが、紙芝居についてご理解頂ければ幸いです。八次小学校が2月12日13時25分開演(5時間目)ですので、可能な方は13時に八次小学校においでください

2月27日14時から、十日市小学校で同様に行います。時間のある方はおいでください。来られる方は、私か和田会員に声をかけてください。それとmyさくらの肥料やりですが、2月23日天皇誕生日に14時30分から行います。皆様おいでください。

■SAA.....圓道SAA

- 会員誕生日…宮武君



●会員ニコニコBOXへご出宝

- 宮武君 担当例会です。中島会員よろしくお願ひします。誕生日、ありがとうございます。45歳になります。(大口)
- 大井君 皆様大雪の中、例会出席ありがとうございます。創立記念碑の移設、山崎会員どうもありがとうございました。
- 水野君 妻にお花ありがとうございます。(大口)
- 前田君 妻の誕生日にきれいな花よろこんでいました。ありがとうございます。(大口)
- 山崎君 本日、クラブ創立記念碑を移動しました。詳細は会報で報告します。(大口)
- 沈君 創立記念碑を移設しました。とても見映えが良くなりました。
- 中島君 本日発表します。よろしくお願ひします。
- 重信君 本日、朝一で広島から帰られたばかりなのに、中島会員よろしくお願ひいたします。
- 光永君 青少年奉仕委員会、本日のプログラムよろしくお願ひいたします。
- 平田君 雪道で転ばないようにご用心ください!!

ニコニコBOX本日出宝額 22,000円

■創立記念碑移設報告.....社会奉仕委員会 沈委員長

クラブ創立記念碑の移設に立ち会ってきました。チャーター会員から、クラブ創立記念の碑が植木に埋もれて見えづらい、との指摘を頂いていましたが、今朝、植込みの前面に移設致しましたので報告いたします。とても見映えが良くなったと思います。

作業をしてくれたのは会員の山崎君で、山崎電設工業(有)の機械車両や山崎君を含め6名もの従業員さん達の協力で、丁寧に移設して頂きました。

今年度クラブの財政が逼迫していると云うこともあり、今回はボランティアで奉仕していただきました。深く感謝申し上げます。本当にありがとうございました。





昨年の夏ころ、三次高校の学校運営協議会に参加しておりましたところ、配布資料の中に中島さんのお名前がありました。三次高校として、三次の企業と高校をつなぐ橋渡し役として中島さんを指名したい、という内容で活躍されているのを知りました。実際に中島さんは、三次高校の生徒さんを連れて、老人ホームへの慰問活動にも来てくださっており、まさに学校と地域をつなぐ活動を実践しておられます。

そこで今回、青少年奉仕委員会として、青少年奉仕をまさに体現されている中島さんのお話をぜひお聞きしたいと思い、お願いをいたしました。中島さん本日はどうぞよろしくお願ひいたします。

宮武直樹青少年奉仕委員長

## 三次高校の生徒との 取り組みについて

中島清貴



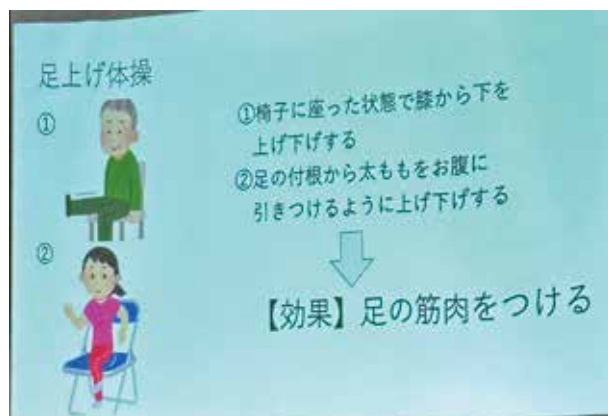
三次高校の生徒と「総合的な探究の時間」という授業に取り組んでいます。これは、生徒は自分の取り組む課題を見つけ、それに一年間取り組み、最後にそれについて発表をします。

今回はその中で「健康促進プロジェクト」に取り組んでいる生徒さん7人との取り組みを紹介します。まず、「健康促進プロジェクト」とは、ですがその目的は、応急措置、看護、スポーツ障害、健康について知ることです。応急措置について例えば、人が倒れていた時の応急蘇生法、また、捻挫などした場合RICE（安静、冷却、圧迫、挙上）法、また健康維持のための運動を考える、があります。

なぜ高校生と関わりができたのかとお話いたしますと、最初顧問の先生より、生徒の取り組んでいることにアドバイスが欲しいとの依頼があり、商工青年部の部員として何人かで伺っていました（今では私一人になってしまいましたが）。その関わりの中で生徒側としては例えば：インスタ映えするお菓子が作りたいが工程がわからないとか、地域が盛り上がることを何かしたいとか、また高校をPRしたいなどという希望がありました。商工青年部の方も、高校と繋がりを作り、地域を盛り上げることがしたい、また高校生のアイデアが欲しいなどの思いもあり、お互い連携して繋がりを作っていました。今まで行ったことに、尾関山のさくら祭の出店店舗のスタッフとして参加してもらったり、商工会青年部が主催で行う備北丘陵公園でのマルシェに出店してもらったり、これらをする為には前もって企業訪問してもらい、その物を使って

何か作る企画などしました。例えば、高丸農園さんの梨、吉舎ニシカワさんの廃材からおもちゃを作るなどです。

さて、初めにお話ししました「健康」に対する取り組みですが、このグラフを見ていただくとわかるように、三次市は健康寿命が短いというのが現状です。そこで生徒たちは「健康で」長生きして欲しいという思いから、高齢者の課題を考えました。課題として上がったのが、「運動する機会の減少」です。それにより筋肉の固まり、肩こり（頸部脊椎症・五十肩など）、また、運動しないことから起こる足の弱り（歩行能力の低下・骨粗鬆症など）です。そこで簡単にできる肩の体操（写真添付）足上げ体操で筋肉をつける効果などを私が提案しました。



もうひとつ、青少年活動の取り組みとして、2月7日8日の土日、倉敷で行われました第2670、第2690、第2710地区の2025-2026年度青少年交換プログラム・中四国3地区合同オリエンテーションに参加の報告をさせていただきます。

このオリエンテーションはガバナーを輩出するところが担当します。留学生を送り出すところ、受け入れるところ、OBも参加します。外国の人も不安も多いだろうと中四国全体でのオリエンテーションです。ゲスト講師がお二人来られました。そのうちの土曜

日のゲストは武田学園の先生でアシュリー・サウザーでした。この先生は、なんと、みちのくプロレスにも参加されたことのあるユニークで魅力ある方でした。チームになってゲームを楽しんだり、革の財布作りをしながら交流を深めたりでした。

面白い話もされました、ホストファミリーの食卓では黙って食べてはいけないよ、ご飯をほめなきゃいけないよ、とか、「知ってる!」を「I know!」と言っては、「もう言わなくていいよ!」という意味に取られるんだよ。など直訳の難しさなどもユーモアを交えてのお話をしてくださいました。

二日目のゲストは、鬼丸昌也先生です。テラ・ルネッサンスという特定非営利法人の創設者・理事のかたです。講演の中である例え話をされました。3人のレンガ積みのお話です。一人は普通に積む。もう一人は家族のために積む。そして最後の一人は、このレンガが大聖堂になることを思いながら積む。という話です。すると、普通に積む人が1なら、次の人は1.6、そして最後の人は2.5倍の成果が現れるというのです。つまり目的意識を持つことの大切さ

という話です。

また、こんなこともおっしゃいました。カンボジアにある地雷を全部取り除くにかかる年数はなんと、800年から1000年かかるというのです。国際情勢が不安定になっている今、紛争することで未来に向けてその修復に莫大なお金がかかるという事です。

また、アフリカのコンゴでは、子どもの兵士が1,000人くらいいるそうです。反乱軍は、街を襲って子どもらをさらい兵士にします。そしてその子どもらが解放されて故郷に帰った時、子どもの時にさらわれ兵士にされたわけですから、読み書き計算もできず、また悪の道に入らざるを得なくなっているという現実です。

こんな地域も世界にはあるということ、また世界から日本がどう見られているか、世界を知ること。ロータリーの留学生は民間親善大使という役割であり、そのことに誇りを持って世界を見て欲しい、というような話をされ、私が聞いても大変勉強になりました。

■点鐘

大井会長

2026年2月7、8日 大雪でした  
会員の皆さんからの投稿写真です



▲イモト雪だるま／池田会員



▲巴橋雪景／安藤会員



▲一緒に飲もうよ／阿部会員



▼8日夜広島駅前／中島会員



▼日の出と雪景色のコラボ／山崎会員



▼積もりました！／重信会員