

WEEKLY REPORT

2024-25年度
国際ロータリーのテーマ

事務局：460-0003

名古屋市中区錦1-13-19

名錦ビル7F

TEL：052-211-3803

FAX：052-211-2623

MAIL：2760_nagoya@mizuho-rc.jp

URL：http://www.mizuho-rc.jp/

創立：1980年(昭和55年)1月10日

会長：大嶽 達郎

幹事：近藤 茂弘

クラブ広報委員：今川 知也

例会日：毎週木曜日 PM12:30～

会場：ヒルトン名古屋

2024-25年度

名古屋瑞穂ロータリークラブ

会長のテーマ

「瑞穂ロータリーを考えよう」

～より良い瑞穂ロータリーのために～



第2134回例会

～ロータリー親睦活動月間～
クラブテーマ：「熱田の杜・友愛・気品」

2025年6月5日(木) 晴 第38回例会

司会：村上 学会場委員長
 斉唱：「君が代」「奉仕の理想」
 ゲスト：2760地区 危機管理委員会 委員長 大見 宏様
 米山奨学生：Hettiarachchi Minoli Raveesha さん

会長挨拶

大嶽達郎会長

改めまして皆様こんにちは。私は、コロナの時、増えた体重が、なかなか減らない状況が続いており、少しダイエットしなければと思っております。近藤幹事も、ダイエットされて一時期少し痩せられましたが、最近ちょっとリバウンドされている、とお見受けいたします。



今日の挨拶は、ダイエットに関して、「食べてすぐ寝ると牛になる」って本当なの？という話をしたいと思えます。全く専門ではないですが、Yahooのニュース記事にありましたので、紹介したいと思います。

ご飯を食べて、おなかいっぱいになった後に、ゴロンと横になる。そんな方、多いのではないのでしょうか。「食べてすぐ寝ると、牛になるよ」と親や祖父に言われたことがある人も、多いと思います。食後すぐに横になるのは「行儀が悪い」とされることから、いましめの言葉として「牛になる」と言われるようになった…という説もあるそうですが、「牛のように太ってしまう」「消化が悪くなる」など、健康によくはない行いと、認識している人も多くいると思います。

内科医の市原由美江さんという方の解説によりますと、食べ物が胃に入ると、胃酸や消化酵素によって食べ物が分解され、どろどろの状態に変化します。その後、食べ物が十二指腸や小腸に運ばれ、食べ物をアミノ酸やブドウ糖に分解し、小腸の表面から吸収して血液中に運んでいます。昔からよく言われる、「食べてすぐ寝ると牛になる」という言葉は、医学的には事実と言えます。本来は胃から腸へ向かって消化されながら移動する食べ物が、食後すぐ横になることによって、胃での停滞時間が長くなったり、食道へ逆流したりして、消化吸収が悪くなる可能性があります。

小腸から吸収されたブドウ糖は、肝臓に貯蔵できなかった余分な糖は脂肪として蓄積されるので、食べ過ぎて過剰な糖質を摂取したときや、食後に横になってしまうと、脂肪の蓄積が起こります。つまり、太りやすくなるのです。また、「食後、横になってそのまま眠ってしまった」という場合は、ただ横になるだけのときよりも、食後の血糖値が上がりやすく、脂肪の蓄積も多くなり、さらに悪影響があります。「食後の過ごし方」として、食後30分から1時間は横になるのを避けて、静かに座っておくのがよいでしょう。立って何かをしても構いませんが、食後すぐの運動は、逆に胃の周辺の血流を妨げてしまい、消化吸収に支障が出てしまいます。そのため、運動や激しい動きは避け方がよいです。という記事が載っていました。

私は医学的なことは全く分かりませんが、今日は後ほど大見さんからRCの危機管理のお話をさせていただきますが、健康上の危機管理として、とにかく、食後は、ゴロンとせず、また腹ごなしと言って、すぐの運動もしないように気をつけたいと思います。また、お酒を飲んだあと、ラーメンを食べてしまい、ダイエットのために金山からご自宅まで歩いて帰るといって、近藤幹事、どうやら逆効果のようです。

出席報告

田中良知 出席委員

会員68名 出席45名 (出席計算人数59名)

出席率 70.31%

ニコボックス

田中良知 ニコボックス委員

- ・本日卓話を担当させていただきます。どうぞよろしくお祈りします。
2760地区 危機管理委員会 委員長 大見 宏様
- ・先日の理事長杯嬉しく散りました。今川さん、長野さん私の分も頑張ってください。
杉江 建亮さん
- ・6/1(日)今年も淑久隊長先頭にたくさんの方に祝っていただきました。もう10年以上続いています。本当にとても幸せ者だと思います。
萩原 孝則さん
- ・先日は奥さんの誕生日にお花をありがとうございました。今年は7月の下旬にスペインのバルセロナにある世界遺産の音楽堂で、奥さんとモーツァルトのレクイエムを歌ってきます。
平野 好道さん
- ・先日妻の誕生日に綺麗なお花を頂戴しありがとうございました。
湯澤 勇生さん
- ・妻の誕生日に素敵なお花をありがとうございました。
鈴木 雄三さん
- ・目が見にくくなってきました。終活ですね～。
内田 久利さん
- ・車の盗難にお気をつけください。
福岡 逸人さん
- ・本格的に暑くなってきました。皆さん熱中症にお気をつけください。
今川 知也さん
- ・堀さん、田中宏さん、鳥山さん先日は大変お世話になり、ありがとうございました。
村上 学さん
- ・一昨日、大阪万博(2回目)に行ってきました。すっかりハマったのでもう一回行こうと思います。
本多 誠之さん
- ・杉江さん、長野さん、練習ラウンドありがとうございました。残念ながら予選突破できなかったです。今川さん、長野さん、理事長杯頑張ってください。
近藤 茂弘さん

幹事報告

近藤茂弘幹事

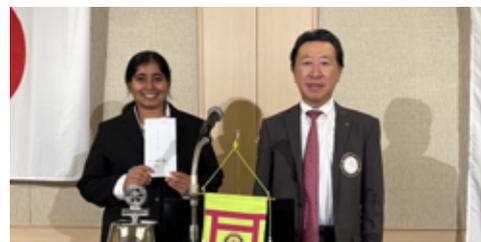
- ・6/5(木) 第12回理事会 ヒルトン4F「杉の間」13:40～
- ・6/12(木) 第5回クラブフォーラム(次年度行事予定と委員会報告) 例会 ヒルトン4F「桜の間」12:30～
- ・6/19(木) R規定により休会

6月お誕生日おめでとう

萩原 孝則さん 岡部 光邦さん 鈴木 健司さん
 松波 恒彦さん 湯澤 勇生さん 花井芳太郎さん

奨学金授与

Hettiarachchi Minoli Raveeshaさん



24-25年度地区危機管理委員長を務めます大見宏です。安城ロータリークラブ所属であります。今日はロータリーの危機管理についてというテーマでお話をさせていただきます。



この危機管理という問題は、これまで地区において対応をしてきた経緯があるわけですが、今後はそれぞれのクラブにおいても同様な問題が起きる可能性があるということで、それぞれのクラブにおいてもその対応をしていただかなければいけないという問題ですので、今日は会員の皆さんにこの問題についてご理解をしていただくために、お話をさせていただきます。

ロータリーにおいて、危機管理が問題となったのは、2004年大阪世界大会で、ロータリアンによる児童虐待や性的虐待の事実があったこと、ロータリーの組織が、青少年を性的虐待から守る方策を持っていないことが指摘されたことが発端でした。そして、2006年、RI理事会は、「青少年の保護」を定めました。すなわち、「RIはロータリーの活動に参加する全ての青少年のために安全な環境を作り、これを維持するよう努める。ロータリアン、その配偶者、ボランティアは、接する児童及び青少年の安全を考え、肉体的、性的、精神的虐待から彼らの身の安全を守るため、最善を尽くす責任がある」と決めました。

それでは、ここから音声による、ロータリー章典の概要とハラスメントの事例について、聞いていただきます。

2の120の1. 少年と接する際の行動規範に関する声明

国際ロータリーは、ロータリーの活動に参加する、すべての青少年のために、安全な環境をつくり、これを維持するよう努める。ロータリアン、そのパートナー、その他のボランティアは、接する児童、および青少年の安全を考え、肉体的、性的、あるいは心理的な虐待から、身の安全を守るため、最善を尽くさなければならない。

2.120.2. 虐待およびハラスメントの防止と報告手続き

1. RIは、虐待およびハラスメントに対して、いかなる違反も、法規適用する方針、(ゼロ容認方針、Zero-tolerance policy)を有する。

8.030.2. ロータリアンの行動規範

他者に公平に接し、敬意をもって接すること。これには、他者を尊重する言葉を使う、サポートを示す、温かく迎え入れるインクルーシブな環境を助長する、多様性を重んじるという「ロータリーの多様性・公平さ・インクルージョン、(DEI)の行動規範」を遵守することが含まれる。地区において、安全、礼儀、品格を奨励する環境を育む。これには、ハラスメントのいかなる申し立てにも迅速に対処することが含まれる。

26.120. 会合、行事、または活動におけるハラスメントのない環境

ロータリアンのハラスメント防止関係で、申し立て対応について、RIはレベル区分を示しています。申立区分を、「クラブ」から、「RI理事」の5つに区分しています。それぞれに対応部門、機関、不服申立について決めました。クラブで起こったハラスメント事例は、クラブ理事会で対応します。1ヶ月で解決しない場合は、地区ガバナーが対応するという事になります。

青少年に関するハラスメントは、申し立てを受けた事案すべてを、RIに72時間以内に報告する義務がありますが、成人ハラスメントでは、次のように定められています。「クラブ、地区、およびゾーンのリーダーは、深刻かつ広範囲におよぶハラスメント、ならびにその結果生じた会員身分の終結について、事務総長に報告しなければならない。クラブまたは地区がハラスメントの調査結果への適切な対応を怠った場合、RI理事は適切な措置を求めRI理事会に通知するものとする。そのような措置には、クラブの終結またはその他の適切な制裁が含まれる可能性がある」

2. ハラスメントとは

ロータリーは、すべての人に安全で、楽しく、差別のない環境をつくるために、ハラスメントに関する方針を定めています。この方針で「ハラスメント」とは、個人またはグループを特性、(年齢、民族、人種、肌の色、能力、宗教、社会・経済的地位、文化、性別、性的指向、性自認)に基づいて、言葉または身体的に、中傷、侮辱する言動、または攻撃的な言動を指すと定義されています。ハラスメントはさまざまな形を取りますが、以下はその例です

- ・口頭または文面で侮辱的な言葉を使うこと。(Eメールやソーシャルメディアを含む)
- ・いじめ。(上記に挙げた特徴に基づく口頭または身体的な脅しや威嚇を含む)
- ・噂話やゴシップ。(その人の評判を落としかねない私生活に関する侮辱的なコメントを含む)
- ・ある人の性生活や性的経験について質問したりコメントしたりすること
- ・同意のない身体的接触、(体に触れること、抱擁、つねることなど)、またはそのような接触を与えることへの脅し
- ・性的な示唆を含む、または侮辱的な、言葉、物、写真、記事、手紙、Eメール、テキスト、ウェブサイトを使用、表示、シェアすること。
- ・年齢、民族、人種、肌の色、能力、宗教、社会経済的地位、文化、性別、性的指向、性自認への言及、性的指向、性自認への言及。

5 申し立てへの対処

クラブ、地区、ゾーン、行動グループ、親睦活動グループのリーダーは、ハラスメントの申し立てに対して迅速に対処しなければならず、申し立てを行った人への報復があってはなりません。ロータリーは、このような申し立てへの対応を行う委員会を設置することを、これらのリーダーに強く奨励しています。地区は、地区の行動規範、ならびにクラブ内、会員間、その他のロータリー参加者との間で起こるハラスメントの防止と対処に関する方針を定めるべきです。

この方針には、ハラスメントではあるものの犯罪行為とは見なされない場合にどう対処すべきか、青少年との接触をどのくらいの期間禁じるかなどを具体的に定めるべきです。性的ハラスメントが発覚した場合、青少年との一切の接触を禁じる必要があります。手続きの透明性を保つことは、ハラスメント防止の第一歩となります。

犯罪性のある行為の申し立てはすべて、警察に連絡しなければなりません。会員は常に調査や捜査に協力すべきであり、妨害すべきではありません。報告された事態や言動に直接かかわった人は、その件に関する調査や決定にかかわるべきではありません。ロータリーのさまざまなレベルにおける責務を以下でご確認ください。

会員の責務

ハラスメントのない環境づくりは、全会員の責務です。ハラスメントと思われる状況を目にしたら、その行為がロータリーの方針に反することを本人に伝えてください。懸念がある場合は、クラブや地区のリーダーに伝えてください。ハラスメントを黙認することは、それを許容することと同じです。

クラブ理事会の責務

行事や活動中のハラスメントの申し立てについては、クラブ理事会またはそのために任命された委員会が調査を行います。理事会または委員会は、迅速に(通常1カ月以内)に回答します。ハラスメントを行ったとされるのがクラブ理事会メンバーである場合、その人は理事会による調査や話し合いに参加すべきではありません。ハラスメントを報告したにもかかわらず、理事会または委員会がこれに適切に対処していないと感じた場合には、その件を地区ガバナーまたはハラスメントの申し立てを扱う地区委員会に報告してください。

ここで、実際に起こった危機管理事例をご紹介します。青少年交換の留学生に起きた事例です。当地区から交換留学生として派遣された女子生徒(高校性)が、留学先ホストファミリーで、その家族である14歳の男子中学生からのセクハラ被害を受けたというものです。この留学生は、ホストファミリーから自分の部屋を提供してもらっていましたが、ホストファミリーの中学生が許可なく部屋に入り、下着を物色され、その後「何か楽しいことしない?」「どういう意味?」「あなたは私の体を見て、私はあなたの体を見るってこと」などというメール、チャットを送られた。留学生は、トラウマになり、事実を話しながらなかったが、女性のカウンセラーから丁寧な聞き取りを行い、事実が判明。

次に、米山奨学生の事例。米山奨学生がバイクの無免許運転をし、警察に発覚。この子は、無免許以外にも交通違反があったようで、奨学金の支給は打ち切りとなりました。世界各国には様々な文化があり、奨学生の国の文化を十分理解することも必要です。最近よく問題となるのは、ロータリーソングの手に手つないです。イベントの最後に、会員らが輪になって手をつなぎ、ロータリーソングを歌います。この手をつなぐという行為も国によっては抵抗感を持つ場合もあります。歴史問題について、奨学生に意見をするのも問題です。おそらく、中国人の奨学生を受け入れたクラブのカウンセラーが、自分の考えを強く述べたようですが、奨学生は困惑するだけです。このような問題を質問したり、押し付けるのもハラスメントと言えると思います。

最後に、ロータリアンがいろいろな場面で実際に遭遇しそうなシチュエーションを例示します。皆さんでその問題点、対応について考えてみてください。

1. 例会での立ち話。「○○さんの会社はキレイどころが多いですね」と言われた。一瞬そのとおりだと喜んだが、これでいいんだらうか。
2. 懇親会で。「最近の女性会員さ、お酌しないんだよね」と先輩ロータリアンから耳打ちされた。微妙な気分だ。
3. 青少年活動の場。20歳のボランティアが、7歳の女兒をひざにのせているのが目に入った。これでいいんだらうか。
4. 行事の打ち上げの会場。30代前半の男性メンバーが、大学生の女性の肩に手を回してからんでいるのが目に入った。
5. 派遣プログラムの面接で、応募書類では男性と記されていた候補者が、化粧をしスカートをはいて現れた。まったく想定外だ。申し訳ないが不合格だ。
6. アメリカ人留学生のホームステイを受け入れている。ある日、親はレズビアンだと打ち明けられた。家族も私もういて受け入れられないので、ホストをやめたい。
7. 二次会のカラオケ会場でのこと。男性会員にぜひ、と言われてしぶしぶデュエットに応じた女性会員。手をつないで「居酒屋」を熱唱。すると、男性会員から「もう1曲!」と迫られている。
8. 例会にトルコ人女性がゲストとして出席された。ロータリーソングを歌うときになると、男性とは手をつなぐのは困る、と動揺した様子だった。

以上で、ロータリーの危機管理に関する説明を終わります。最後に、会長、幹事さんに、2点お願いがあります。1つは、先ほどの説明にもありましたように、各クラブにおいて危機管理に対応する「委員会」を設置、もしくは委員会の設置までは難しいクラブにおかれましては、少なくともクラブにおいて危機が発生した場合に即時対応できる体制を整備していただきたいということです。この点は、昨年12月にすでに会長エレクト研修においても、私からお願いをし、その際委員会設置の場合には、その規則のモデルもお渡ししているところです。また、未対応のクラブにおきましては、本年度中にクラブの「危機管理」の体制の整備をお願いします。

2点目、2025年9月26日午後2時30分から危機管理セミナーを開催する予定です。内容と開催方法については後日ご案内を申し上げます。昨年度は、残念ながら参加していただけなかったクラブが10クラブもありました。このセミナーは、地区内各クラブの会長幹事等のリーダー、青少年関連委員会の委員長様を対象として行なうものです。この日程は、是非ともスケジュール帳に予定していただきたいと思います。仮にご都合のつかない場合には、必ず代わりにどなたかが受講していただき、全クラブが登録していただくようお願いいたします。

例会のご案内

■今 週 6月12日 (木) 第5回クラブフォーラム
場 所: ヒルトン名古屋4F「桜の間」
時 間: 12:30~13:30

■次 週 6月19日 (木) R規定により休会

■次々週 6月26日 (木) 下期納会
場 所: か茂苑2F「すずかの間」
時 間: 17:30受付 18:00~20:00 例会・懇親会