



Weekly Report

「ロータリーの未来を想像しよう！」

佐世保北ロータリークラブ 2022～2023年度 RI会長 / ジェニファー・ジョーンズ ガバナー/上村春甫

会長/村瀬高広 幹事/小西研一 例会場/佐世保市上京町3番2号 セントラルホテル佐世保(毎週月曜日)
 創立/1984.4.16 認証/1984.5.14 事務局/佐世保市京坪町2番3号 Nビル3階 TEL 0956-22-7144 FAX 0956-22-1201
 E-mail office@sasebonorth.org Web http://www.sasebonorth.org

【今回】会員数 54名 出席 30名 欠席 6名 出席規定免除会員(7)出席 2名 ビジター 0名 出席率 --. --%
 【前々回】会員数 51名 出席 30名 メークアップ 0名 出席規定免除会員(7)出席 5名 修正出席率 --. --%

《ゲスト卓話》

「白隠禅師に学ぶ健康法」 福岡東ロータリークラブ 大和竹史 会長



本日は、白隠禅師に学ぶ健康と題して卓話をさせていただきます。まず、自己紹介をさせていただきます。誕生は、1943年7月です。最終学歴は1969年3月、九州大学大学院工学研究科土木工学専攻修士課程修了、職歴は1969年、福岡大学工学部土木工学科講師となり助教授、教授を経て2014年3月、退職しました。

私、38歳の時に500年に一度出るか出ないかの傑僧、白隠禅師(1685～1768)に関する2冊の著書を手に入れました。白隠は、享保2年(1685年)12月25日 富士山裾野の浮島原駅で生まれ、幼名は岩次郎です。15歳で原宿の松蔭寺で仏道に入り慧鶴と名を改め、その後、四国松山の正宗寺、越後高田の英巖寺で修行、24歳の時、師と仰ぐ正受老人67歳と別れ、沼津へ戻る。

26歳の時、永年の修行が原因で発病、極度の神経衰弱、肺結核となります。京都白河の山奥に隠棲する白幽仙人の教え 内観法や軟酥の法で回復、後年(73歳)の作品「夜船閑話」にその方法や効能を詳しく述

べています。34歳で松蔭寺5代目住職となり白隠と称します。

私はほとんど毎日、健康になるとの確信を持って、以下の四つの文言からなる白隠の「内観の法」を観想し、「延命十句観音経」を読誦します。

「内観の法」

1. わがこの気海丹田腰脚足心、まさに是れわが本来の面目、面目なんの鼻孔かある。
2. わがこの気海丹田、まさに是れわが本分の家郷、家郷なんの消息かある。
3. わがこの気海丹田、まさに是れわが唯心の浄土、浄土なんの荘厳かある。
4. わがこの気海丹田、まさに是れわが己身の弥陀、弥陀なんの法をか説く。

「延命十句観音経」

観世音 南無仏 与仏有因 与仏有縁 仏法僧縁 常楽我浄 朝念観世音 暮念観世音 念念従心起 念念不離心

白隠は84歳で没する間際まで仕事をして大往生します。当時の84歳は今の100歳に相当する長寿でしょう。何が起こるか分かりませんが、白隠を範として秘法を実行すれば100歳まで健康でおられるという希望を持っています。

《会長挨拶》

村瀬高広 会長

本日は友好クラブ福岡東ロータリークラブより大和会長、立花幹事をはじめ、皆さまのご来訪を熱烈歓迎、そして感謝致します。佐世保北ロータリークラブの例会を楽しんで下さい。

さて先日はロータリー奉仕デーでした。午前中より会員、その家族35名の参加で鹿子前西海国

立公園周辺の自然美化清掃活動を実施しました。暑い中、沢山のご参加ありがとうございました。ご参加の皆様のおかげで無事に1つの事業を終えることが出来ました。

新聞、ケーブルテレビの取材もあり、北クラブをそしてロータリーのPRができたと思います。

奉仕プロジェクト社会奉仕委員会戸畑委員長をはじめ野口副委員長、鐘ヶ江1班隊長、井上2班隊長中村さん、山口さんお世話ありがとうございました。そして回収したごみの処理をして頂いたオフィス早田の早田社長、従業員の方ありがとうございました。

午前中のロータリー奉仕デーに引き続きお昼から夏の家族会が開催されました。3年ぶりの開催でした。午前中に沢山汗をかき、そして良い事をした後なのでとてもお酒が進みました。

参加のご家族、お子さんとも親睦を深めることができ、とても楽しい時間を過ごすことが出来ました。余興での本物の変面ショーはとても素晴らしかったのですが、前座の渥美大介会員、山口貴志会員を中心としたニセ変面ショーが本物の変面ショーを上回るくらい面白かったです。

12月に予定されている忘年家族会も楽しみにしております。親睦活動委員会の早田委員長をはじめ司会の山下副委員長、松田副委員長、福田委員他委員の皆様ありがとうございました。

今日は福岡東ロータリークラブ 大和竹史会長の卓話です。楽しみにしております。よろしくお願い致します。

.....

《幹事報告》

小西研一 幹事

1. 来 信

・ロータリーの友事務所

ロータリーの友9月号

・ガバナー会事務所

「世界ポリオデー」WEBサイトのクラブへのご周知のお願い（緒方GE宛て）

・ガバナー事務所

- ①職業奉仕セミナー開催のご案内（緒方GE・野口RLI推進委員・会長・幹事・職業奉仕委員長）
日 時：10月1日（土）13：30～17：00
会 場：神埼中央公民館 講堂
佐賀市神埼町鶴3542番地1
TEL：0952-52-1111

- ②「米山の集い」開催のご案内（三谷米山記念奨学委員・船津カウンセラー・奨学生ミンさん）
日 時：10月1日（土）13：30～16：30
場 所：諫早文化会館

・佐世保RC

佐世保市内8RC・例会休会日と現状
（コロナ感染拡大防止）※9/5現在の状況

・佐世保南RC

事務局員交代のお知らせ
旧事務局員 中村 薫（2022年9月20日迄）
新事務局員 月岡 美穂子（2022年9月21日より）

・佐世保東RC

2022年度米山記念奨学生卓話派遣のご依頼
（ドー チューン ミン トゥさん宛て）
例会日時：令和4年10月27日（木）
例会点鐘：12：30 卓話時間：13：00～13：30
例 会 場：ホテルオークラJRハウステンボス
1階「飛鳥の間」

・聖和女子学院

体育祭について（お知らせ）

2. 依頼伝達

- ①9/15（木）18：30～グランドファーストイン佐世保にて第3回理事会が開催されます。理事役員の皆様はご出席願います。
- ②9/19（月）は祝日休会（敬老の日）となっております。次回9月26日（月）は今井貴文会員による新入会員卓話です。
- ③10月6日（木）福岡東ロータリークラブとの合同職場訪問例会が予定されております。当日は11時30分から13時30分まで天神にありますeスポーツ総合施設「チャレンジャーズパーク」での開催を予定しております。実際に訪問するグループとオンラインで参加するグループに分け参加したいと思っていますので、ご予約ください。詳細については追って案内を配信致します。
- ④2022-2023年度の地区大会が11月25日（金）～27日（日）の日程で開催されます。今年度も昨年同様、会員全員の登録をお願いしたいと思います。また、26日（土）の本会議、及び記念講演（池上彰氏）は佐賀市文化会館で開催されますが、ご参加をお願いします。尚、会議前の食事は開催しない予定です。
- ⑤前回1670回例会の様子がホームページにアップされています。福田会員の新入会員卓話の様子、馬渡会員の入会式の様子が掲載されていますので、是非ご覧ください。

.....

《来訪ロータリアン》

福岡東 RC

会長 大和竹史 様(本日の卓話者)
立花浩介 様、松本好重 様、宮原誠一郎 様
大神朋子 様、坂口洋介 様、田村志朗 様

《委員会報告》

戸畑教幸 社会奉仕活動委員長

昨日開催されましたロータリー奉仕デーでの清掃活動について報告します。

早朝より鹿子前の花みずきに集合し、2班に分かれて清掃活動を行いました。

天候に恵まれ、参加した会員やそのご家族と一緒に清掃活動をし、たくさんのゴミを拾うことができました。参加された皆様、お疲れ様でした。

早田貴志 親睦活動委員長

昨日の正午より開催されました夏の家族会について報告します。

3年ぶりの開催となった夏の家族会、会員以外に、OBの小西宗十様、会長、幹事のご家族様、渡会会員、西沢会員のご家族様、鐘ヶ江会員の奥様も参加され、大変楽しいひと時を過ごすことができました。

余興の変面ショーは大変盛り上がり、前座で行われた渥美会員の恒例のマジックショーと山口会員のエセ変面ショーで会場はおおきに賑わいました。

参加された皆様、お疲れ様でした。

茶村亜子 インターアクト委員長

ペットボトル回収ボックスを持参しました。回収ボックスには、村瀬会長、鐘ヶ江インターアクト地区委員と初日にたくさんのペットボトルを持参していただいた井上会員の写真を貼ってます。皆様のご協力をお願いします。

公門新治 ロータリー情報委員長

本当はもっとしゃべりたいのですが、時間がありませんので、ロータリーの友9月号は各自で見てください。セルフボックスに入れてあります。

《ロータリーの友9月号紹介》

公門新治 公共イメージ・雑誌文献委員長

・横組み P7～P19

特集『ロータリーの友』創刊70周年特別企画
バックナンバーでたどる「友」70年

来年1月でなんと70周年を迎えるロータリーの友。創刊は1953年で、定価50円だったそうです。縦書き、横書きの由来や、当時の各地の災害報道や、1961年日本での初の世界大会では天皇陛下も列席されたとのことです。ロータリーの友ウェブサイトではこれら、すべてのロータリーの友が電子版で見ることができます。ぜひアクセスしてください。

・縦組み P2

『ロータリーの友』創刊70周年特別企画
俳句コンテスト テーマは、「ロータリー」

格付けでも有名な夏井 いつき先生が審査されるそうです。興味のある方は応募してみませんか？

・縦組み P4～P8

2021年11月27日 第2740地区 地区大会での記念講演、建築家 隈 研吾さんの講演内容が掲載されています。参加されていない方や、もう一度確認したい方には、分かりやすくまとめてありますので、ご一読ください。

《例会 ニコニコボックス》

菊永伸生 親睦活動委員

福岡東ロータリークラブ

大和竹史 会長 立花浩介 幹事 宮原誠一郎 様
大神朋子 様 坂口洋介 様 田村志朗 様
松本好重 様

村瀬会長、小西幹事、会員の皆様、本日は例会に参加させていただいて大変嬉しいです。どうぞよろしくお願ひいたします。

村瀬高広 会長 宮原明夫 副会長 小西研一 幹事

昨日のロータリー奉仕デー、夏の家族会にご参加の皆さま、ありがとうございます。鹿子前西海国立公園の自然美化活動を通して地域に対する社会奉仕ができたことを誇りに思います。午後の夏の家族会も久しぶりに皆さまのご家族と一緒に楽しいひと時を過ごすことができました。企画・運営に携わって頂きました社会奉仕委員会、親睦活動委員会の皆さま、本当にお疲れ様でした！

さて、本日は、友好クラブの福岡東ロータリークラブの皆さまを迎えての例会です。福岡東ロータリークラブの皆さまのご来訪、心より歓迎申し上げます。大和竹史会長の卓話「白隠禅師から学ぶ健康法」、会員一同、楽しみに拝聴致します。

福田俊郎 会員 富田耕司 会員 藤井良介 会員
峯 徳秀 会員 渡会祐二 会員 松田信哉 会員
松永祐司 会員 近藤竜一 会員 公門新治 会員
船津 学 会員 西沢 寛 会員 井上隆三 会員
茶村亜子 会員 渥美大介 会員 村上英毅 会員
戸畑教幸 会員 早田貴志 会員 中村祐二 会員
山口貴史 会員 松尾祐輔 会員 井手誠博 会員
馬渡政光 会員 松田亜由美 会員
鐘ヶ江和重 会員 野口好太郎 会員

昨日に行われたロータリー奉仕デーに参加の皆様、家族会に参加された皆様、大変お疲れ様でした。非常に充実した一日を過ごすことができました。

本日の友好クラブの福岡東ロータリークラブの皆様のご来訪、会員一同楽しみにしておりました。本日は、よろしくお願ひいたします。

《夏の家族会 ニコニコボックス》

佐世保北 RC OB 会員 小西宗十 様

午前中のロータリー奉仕デーでの清掃活動ご苦労様でした。今日はゆっくり楽しませていただきます。お世話になります。

村瀬高広 会長 宮原明夫 副会長 小西研一 幹事

午前中のロータリー奉仕デー、鹿子前西海国立公園周辺の自然美化活動にご参加の皆様、お疲れ様でした。ご準備いただいた社会奉仕委員会の皆様ありがとうございました。

午後は夏の家族会です。過ぎ行く夏を感じつつ、ご家族とともに楽しいひとときを過ごしましょう。親睦活動委員会の皆様、よろしくお願いたします。

- 富田耕司 会員 峯 徳秀 会員 渡会祐二 会員
- 松田信哉 会員 松永祐司 会員 公門新治 会員
- 西沢 寛 会員 井上隆三 会員 茶村亜子 会員
- 早田貴志 会員 山下雄弘 会員 山口貴史 会員
- 戸畑教幸 会員 福田直美 会員 馬渡政光 会員

野口好太郎 会員

午前中のロータリー奉仕デーでの清掃活動にご参加の皆様大変ご苦労様でした。

今日は、3年ぶりの家族会です、感染対策は徹底しておりますが、感染防止に心掛けながら楽しんで下さい。親睦活動委員会の皆様、よろしくお願いたします。



《ロータリー奉仕デー、夏の家族会》



夏の家族会	24,270 円	
本日の合計	55,000 円	累計 446,270 円