



ロータリー:
変化をもたらす

第2600地区 丸子ロータリークラブ会報 (創立1963年8月28日)

MARUKO Weekly Report

ロータリー:変化をもたらす



RI会長/イアンH.S.ライズリー

D2600ガバナー/関 邦則

会長/佐藤重喜

副会長/宮本伸司

幹事/河野正美

会報委員長/奥寺浩司

第2653回例会

2018年5月10日 Vol.55/No.30

卓話 藤森由香様

【藤森由香さんのお話】



「皆さん、こんにちは。藤森由香です。私は長和町のエコーバレースキー場の直ぐ真下に生まれました。3～6歳までスキーをやっていて、7歳でスノーボードに変えて、長野オリンピックを見てからオリンピックに憧れて目指すようになりました。今は31歳で、新潟のアルビレックス新潟に所属しています。普段は日本にいる機会がなかなかないのですが、今はちょっと怪我をしまして、ずっと日本にいます。普段は5月の中頃までは海外で撮影等の活動をしていて、夏は富山県の練習施設で練習していて、ニュージーランドやオーストラリアでの大会に参戦。そのあとはずっと海外での練習や大会の生活を送っています。先日オーストリアに行って練習していたところ変な転び方をしてしまい両手を骨折してしまいました。左手は動かしてはいけないという事ですが、右手は動かせるので、痛々しい形ではあるのですが、スノーボードは怪我もつきものですが骨折は怪我の中でも軽い方かなと思っています。

Q「骨折は何回くらいしたの？」

A「骨折はそんなにしたことはないですよ。小さい時に腕を折った後、ちょっと腰椎を折ったことがあるくらいで、後はほとんど骨折したことはないですけど(笑)！」

2006年から2014年までの3大会では「スノーボードクロス」というスピード競技になるのですが、その競技でオリンピックに出ました。子どもの頃、一番最初に出た大会がスノーボードクロスという事でずっと上を目指してやっていて、子供の頃はオリンピックの公式種目にはなっていないのですが、そのうちスノーボードクロスの面白さが世の中に伝わって、それがオリンピック種目になり競技として初めてのオリンピックが「トリノ」で、それから3回出場していますが、2010年のバンクーバーオリンピックでは練習中に頭を打ってしまい、一応その会場の場所には行っていたのですが出場できなくて、涙を飲む結

果になってしまいました。そのあと競技復帰をして2014年のソチオリンピックに出場して、そこから2015年で競技を今の「ビッケアー」と「スロープスタイル」という競技に転向しました。最初はナショナルチームにも入れず技術的にもまだまだ下の方だったのですが、練習をずっと続けて3年間でオリンピックに出れたのは本当に私もオリンピックでメダルを取るよりも出場できたことの方が嬉しかったです。3年というところごく長いような気もするのですが、4年に一回のオリンピックで3年後にはオリンピックに出場していなければならないという、一年一年を一生懸命やらないとオリンピックの場に行けなかったのかなと思います。3年間で日本代表になれたのも、自分がスノーボードに対する情熱の強さと自発的な行動が伴ってくると思います。自分が好きだからこれがやりたいという事で自発的に行動できる。誰かに言われて、やれと言われても、オリンピックに出なよとか、目指しなよと言われても自分がそういう気持ちにならなければ、3年間ではやってこれなかったかなと思います。

Q「平昌では予選良かったんだよね。」

A「私がやっている競技は上から下までジャンプが3つあったり、鉄棒だったりとか、色々な技を披露してクリエイティブな滑りを見せるスロープスタイルと、ビッケアーと言って一つのジャンプで技を競い合う競技の2つの競技があったのですけれども、2個目のビッケアーという競技で予選は2位通過することが出来て、メダルももしかしたらいけるかもしれないと思ったのですけれども、技を決めきれなかったというのが残念ではあるのですが、私はどの様な結果になろうとも絶対に笑顔でいようと思っていました。人生を掛けて目指してきた舞台で自分の滑りを世の中の人に見てもらえる機会がつかめただけでも本当に幸せな事だなと思っております。結果は7位という事でしたが、ここまで支えてくれた皆さんにありがとうという気持ちをこめて笑顔で終えようと思いました。

事務所/〒386-0404 上田市上丸子1695

丸子コミュニケーションセンター内

TEL/0268-42-3988 FAX/0268-42-4105 E-Mail/marukorc@siren.ocn.ne.jp

例会場/〒386-0404 上田市上丸子948

魚久本店 TEL/0268-42-2017

Q「平昌オリンピックでは風が強くて大変だったと思いますが、危なかったこととか影響はありましたか？」

A「スロープスタイルという競技が最初にあったのですけれども、地煙が舞うというか本当に前が見えなくなるくらい雪が舞い上がってしまって、その様な風の強い中でやらなければならなかった競技なので、今までの中では一番厳しい状況でした。平昌は風車で有名な場所でもあり、そのような風の強い場所で競技をするという事も少し無理があるのではないかなと思ったのですが、出場者皆が、条件が同じなのでやれって言われたらやるしかないと思って。私も一個目のジャンプを飛ぶ時に、そこのジャンプ台に向かうまでのスピードに「これ、絶対に届かない」と解っていないながらも、もう飛ぶしかないと全神経を集中させて何とかクリアすることは出来たのですが、「もうこれジャンプとどかないな」という気持ちで飛びました。ただ、日本人全員、怪我もなく競技を終えたので良かったなと思います。今までのオリンピックに比べると、条件が悪くて怪我人が続出した大会だったという印象でした。」

Q「ジャンプは地面から大体どのくらいの高さなの？」

A「ジャンプ台の大きさは大体20メートル位なので、プールを飛び越える様な感じの長さになりますね。」

Q「オリンピックも4回も言っているから慣れちゃったと思うけれど、オリンピックってどんなところ？」

A「最初にトリノオリンピックに行ったときは、何もかもが新しく、海外にも慣れていなかったもので全てが新鮮でした。今は4回目ともなると色々なオリンピックの経験もしているんで、比べるとしたら選手村の状況かなと思います。平昌オリンピックでは選手村の料理がすごくおいしくて、日本人の口に合うような食事になっていました。次の東京オリンピックの役員の方たちから「平昌オリンピックの料理はどの様なかんじでしたか？」と物凄く聞かれるんです。やはり日本人の口には合うのですが、海外の方たちは「アジアの料理はおいしくなかった」と賛否両論がありました。日本人やアジアの人たちは凄く喜んで食べていましたが、ヨーロッパの方たちはそういうものにはあまり手を出さずに、ピザとかパンとかを食べていました。」

Q「我々はいつも緊張の無い状態にいるんですが(笑)スタート前とかは凄い緊張があると思いますが、そういう時の気持ちの持ち方、モチベーションの上げ方とかどの様にしているのですか？」

A「今までのレースの競技になると「ライダーズレイディ」という掛け声が上がったとたんに神経

が全部集中してスタートゲートに構えなければいけない。その時は心臓がバクバクで、音楽を聴いて自分の緊張を紛らわすという事も出来ないし、もう行くしかないというような感じだったので、今やっている競技の場合は音楽を聴いて気持ちを紛らわせたりとかしますが、私あまり緊張しないんです。今の競技はどんな滑りをしたいかというのを考えるだけで、ワクワクしちゃうんですよね。そうするとドキドキするとはならず、早く滑りたいな、こういうような滑りをして自分が気持ちよく飛べたらいいなという気持ちになると、あまり緊張はしなくなるので、そのようなときの方が良い滑りが出来ます。オリンピックの時もあまり緊張するという事もなく、凄く楽しめていて、「風が強いなあ」とか、旗を見て「このタイミングでいけるかなあ」と立っているときに考えていました。緊張してしまった時には自分のiPodの音楽を凄くゆっくり目の音楽にするんです。ゆっくり目の音楽にするとそのテンポに自分の心拍数が落ち着いてくるので、凄くリラックス出来るんです。逆に今日は気分が乗らないとか、練習で気分が乗らないなという時は少し気分を上げてあげないと、ゾーンと言われている部分があるのですが、その部分に自分の気持ちを持っていかないと、やる気が出てこないんで、音楽をアップテンポな物にして楽しいような気持ちにさせてくれるのを選んだりして、自分のテンションを音楽によって変えています。メンタルトレーナーの方もそういう手段を絶対使った方が良いでしょうってくれたので、私もそれを利用してやっています。」

Q「オリンピックで日本人だからとの嫌がらせを受けたこととかはないですか？」

A「私たちのやっている競技では、嫌がらせというのはほとんど無いんです。嫌がらせのしようがないですね。採点をする競技なのでジャッジの好みというのがあって、スタートする順番によっては不利になることがありますね。すごい上手な方でも運悪くスタートの順番が1番になってしまうと、その方の滑りが基準になってしまうので、凄く良い滑りをしたとしても上限までいかず、結構抑えめのポイントになってしまうんですよ。私の場合は出走順が結構後ろの方だったので、結構良いポイントを付けてもらいました。決勝になるとやっぱり1番でスタートするよりも最後にスタートした方が基準点は付きやすいので、予選が大事になってくるのかなとおもいます。」

Q「色々な滑りの技があると思いますが、この技は世界でも何人しか出来ないというのはありますか？」

A「私がオリンピックで失敗してしまった技があるのですけれども、その技は世界で女子では2人しかやらないような技でしたね。なので沢山の方

に言われたんですが、3本目の滑りはもっと抑えて滑ってもよかったんじゃないの。ただ私が回転数を抑えたところでメダルには絶対届かない。その技を決めなくてはメダルには届かないと思っていたので、メダルには届かなくて順位を上げる技をするのか、メダルを取れるかもしれない技をするのかというところで、入賞でしかなかったですが、前シーズンからずっと練習してきた技なので絶対に披露したいという気持ちでやりました。」

佐藤会長

「これからも大活躍される藤森由香さんを応援しています。」

藤森由香さん

「ありがとうございました。」

【会長挨拶

佐藤重喜会長】



皆さん、こんにちは。13・14日と、丸字ロータリークラブでお伊勢参りに行きます。今日は伊勢神宮の一口メモということで簡単にお話しさせていただきます。伊勢神宮には「おみくじ」はありません。神宮側の見解としては「おみくじは日頃から参拝できる身近な神社でひくものである。」と。おみくじは身近なところでひいてください。お伊勢さんにはありませんという事です。一生に一度とされる伊勢参りは、お参りをした日におみくじで「大吉」ではないという事もありうるという理由をあげていますが、お参りをした日は全て良い日であると思います。伊勢神宮は個人的な吉兆を占う事をはばかれるという別の説もございます。どうしてもおみくじを引きたいという方は内宮前のおかげ横丁では犬の置物とセットになった「おかげ犬」のおみくじや「おかげ干支神籤」が売られているほか、三重県の第三銀行のおかげ横丁出張所では利用明細書に運勢を表すおみくじ機能付き現金受け払い機・ATMが設置されています。是非ATMを使っておみくじを引いてみてください。13・14日と皆さんと楽しくお伊勢参りに行きたいなと思っております。また、今日はこれからお話しいただく藤森由香さんの卓話を楽しみにしております。どうぞよろしくお願ひいたします。



【例会の記録】

- ◆S A A 小山充浩さん
- ◆司 会 掛川浩邦さん
- ◆ゲスト 平昌オリンピック出場
藤森由香 様
- ◆国歌斉唱
- ◆ロータリーソング 奉仕の理想
- ◆5月慶祝
結婚祝 田中利幸さん、水沼栄次さん
赤平年三さん
会員誕生祝 山田裕さん、赤平年三さん

【出席報告】

	会員数	出席者	メイク	出席率
本 日	35名	16名		61.54%
前々回	34名	16名	8名	92.31%



ラッキー賞 栗木悦郎さん
久しぶりに頂きましたが、ありがとうございます。
今日は本当にラッキーな日です。

【幹事報告

河野正美幹事】

今週の着信

- ・ R I より
小池功二さんにポールハリスフェローの表彰
- ・ 第2600地区事務所より
2018-19年度R L I 参加の依頼
地区会員増強セミナー開催案内
財団室ニュース,コーディネーターニュース
米山奨学生オリエンテーションの案内
- ・ 米山記念奨学会より
工藤洋三さんに米山功労者表彰
ハイライトよねやま送付
- ・ 上田東ロータリークラブより
地区補助金事業報告書送付
- ・ 信州ルネッサンス2018実行委員会より
信州ルネッサンス2018開催案内送付

今週の配布物

会報No.2651、No.2652
ロータリーの友5月号
月信No.11

週報恵送

上田東RC、上田西RC、東御RC

【にこにこBOX報告

齋藤育子委員長】

「藤森由香さんようこそ。楽しみにしております」
佐藤重喜さん、河野正美さん、山田裕さん、
笹井寿美枝さん、小宮山陽一さん、内堀敏高さん
宮本伸司さん、長島三夫さん、井田宗広さん
佐藤一元さん、服部正さん、栗木悦郎さん
小山充浩さん、佐藤恵太さん、奥寺浩司さん
掛川浩邦さん

本日の喜投額 18,000円
累計喜投額 684,000円

【ロータリー情報

蓼科RC山浦俊一氏より提供】

「基本的ロータリー用語集 3」

・ **地区 ; District** : 管理の便宜上結びつけられた、一定の地理的な地域内にあるロータリークラブ ; RCのグループで、その地区ならびに組織は、RCを支援し、その取り組みをさらに高めることを唯一の目的とする。日本のロータリー地区は、34地区である。

長野県は2600地区

・ **ゾーン ; Zone** : RI会長指名委員と理事指名委員を選挙するために、RI細則が定めRI理事会が編成した、RI地区内のクラブ集団で、世界のゾーン数は34、1ゾーン当たりの会員数は約35,000人である。

2600地区は第2ゾーンに含まれる。

・ **国際大会 ; RI Convention** : RIの国際大会は、理事会の決定する時と場所において、会計年度の最後の3ヶ月中に開催されるものとする。

ただし、十分な理由があるときは、理事会はこれを変更することができる。(RI定款第9条第1節)

・ **国際協議会 ; International Assembly** : 毎年国際協議会を開催するものとする。その目的は、ガバナーエレクトに、ロータリー教育を行い、運営上の任務を指導し、鼓舞激励し、さらに、出席しているエレクトや他の人に、次年度のロータリープログラムや活動の実施方法を討議・計画する機会を与えることである。(RI細則20.010.1.)

: 国際協議会は2月15日以前に開催されなければならない。(RI細則20.010.2. 抜粋の一部)

: 国際協議会に出席する権限のある参加者には次の人が含まれる

: 会長、理事、会長ノミニー、理事エレクト、理事ノミニー、事務総長、ガバナーエレクト、RIBI役員ノミニー、RI各種委員会委員長、およびその他の理事会の指定する者。(RI細則20.010.3.)

註 : 国際協議会は、毎年2月15日以前に開かれ、世界中の地区ガバナーエレクトが7月1日の就任に向けて準備するための会合です。530名の次期地区ガバナーが配偶者を同伴して参加し、1週間にわたって、別々に、経験豊かなRI研修リーダーによる研修を受け、意欲を高めるためのセッションに参加します。

また、国際協議会でガバナーエレクトは、来る年度に、RI会長となる特別なロータリアンと会って、RIテーマについて学び、このテーマに基づいて地区の活動を築き上げていくこととなります。

第1回国際協議会は、

1919年 シカゴ で、開かれました。

それ以降、協議会は米国中で開催されていて、

- ・ ニューヨーク州 ; レイクプラシッド、
- ・ ミズーリ州 ; カンザスシティー、
- ・ フロリダ州 ; ボーカラトーン
- ・ テネシー州 ; ナッシュビル、
- ・ カリフォルニア州 ; アナハイム、

そして最近では、

- ・ カリフォルニア州 ; サンディエゴ です。

(私が丸子ロータリークラブに入会した当時は、레이크プラシッドでした。)

会場がどこであろうとも、本会議場に掲げられていました以下のメッセージは、

3~4年前から使われなくなったそうで、現在は別の言葉(調査中)が使われているそうです。殆どのロータリアンが知っているものです。

いい言葉ですが・・・

「入りて学び、出でて奉仕せよ *Enter to Learn Go to serve*」

・ **クラブ協議会 ; Club Assemblies** : クラブ協議会は、クラブのプログラムと活動もしくは会員教育について協議するために開かれる、クラブ役員、理事、委員会委員長を含むクラブ会員全員の会合である。すべてのクラブ会員は、協議会に出席することが強く奨励されている。

クラブ会長、もしくは指定された他の役員が、クラブ協議会の議長を務める。(ロータリー章典7.050.)

・ **クラブ討論会 ; Club Forum** : クラブフォーラムのこと。

クラブ奉仕、職業奉仕、社会奉仕、国際奉仕、青少年奉仕の五大奉仕の中から問題を取り上げ、その実施、推進について、全会員が討論して進路を見出そうとする会合である。会員の公式会合であるが、決定する会合ではない。