



THE ROTARY CLUB OF NAGANO WEST 長野西ロータリークラブ



例会 毎週金曜日 12:30～13:30 ホテル国際 2 1
事務局 〒380-0838 長野市県町 576 ホテル国際 21 内
☎026(235)2800 FAX026(235)0016
e-mail:nwrc1987y@sweet.ocn.ne.jp

会長／若麻績信昭 幹事／西沢 徹 クラブ会報委員長／藤澤克彦
SAA／南 信行 副SAA／狩野 土

第1674回例会 2023年（令和5年）8月18日（金）

世界に希望を生み出そう CREATE HOPE in the WORLD

会長挨拶 若麻績信昭会長

どうする戦国武将の健康法

今月は会員増強・新クラブ結成推進月間です。

室町時代中後期、伊豆地方の大名で北条早雲さん、この方は、早起きを重視され、「午前四時に起き、六時に城に出仕せよ。午後六時に戸締りをし、八時に床に入れ」と命令したそうです。

戦国時代から安土桃山時代、薩摩の国の大名島津義弘さんは「金船術（きんそうじゅつ）」と呼ばれる外科手術を学び、戦場で怪我をした家臣に自ら手術を施して救った。鉄砲の弾を抜く方法まで習得したそうです。

甲斐の武田信玄さんは、下部（しもべ）温泉、益富（ますとみ）温泉など、「信玄隠しの湯」で兵達の傷を癒したと知られています。下部温泉は温度が32度と低く、夏でも快適だそうです。益富温泉はラジウム含有量が多い放射能泉で、がん治療患者さんが訪れる温泉です。

真田信之（のぶゆき）さんは、群馬県沼田から、上田、松代と所領を移りましたが、草津温泉を訪ね、江戸からの帰路は、緑多い自然を眺めて森林浴を楽しんだそうです。

織田信長さんは、馬術や鉄砲の訓練をはじめ武芸の稽古を欠かさず、ウォーキングにも励んだ。特に河川での水泳に熱心に取り組んだそうです。

豊臣秀吉さんは、お米を三分の一に砕いて作る「割粥（わりがゆ）」を食されました。これは身体を温め、免疫力を高める効果があったそうです。また四十代の頃は、タウリンを含んだ「焼き蛸」「大根と牛蒡の煮物」など頭や身体の老化防止のために、食されたそうです。更に晩年朝鮮出兵した頃、回春効果の為か(?)「虎の肉」も食されたそうです。

徳川家康さんは、幕府を開いて日本統一した後も贅沢をせず、玄米に麦を混ぜた、麦飯を食べ続けたそうです。麦飯は「ビタミン1」やカルシウム、鉄分

ミネラルなどたっぷり含まれて健康に良いし、炊いた玄米が「GABA（ガバ）」という成分がストレスを緩和するそうです。

余談ですが、先日大河ドラマを見ていたら織田・徳川連合軍が、武田勝頼さんを滅ぼした後、織田信長さんが岐阜の安土に帰る途中、東海道の名所、名所で織田信長さんを大層ご接待したそうです。これに感激した織田信長さんは、徳川家康さんを安土城に招き、鯛の焼き物、鮎ずし、焼き鳥、渡り蟹、色々な刺身など「五膳」を出して接待したそうです。

幹事報告

西沢 徹幹事



- ・ 8月のロータリーレートは1ドル=141円です。
- ・ 次週8月25日邱文萃米山奨学生と青木 宏米山奨学生カウンセラーが戸倉上山田ロータリークラブ訪問致します。
- ・ 次週25日の例会場が弥生の間となります。お間違えないようお願い致します。また第二回クラブ協議会もごぞいます。こちらの会場もりんどうの間となりますので宜しくお願い致します。
- ・ 7月28日に長野市内6R幹事会がございました。宮原友昭副幹事代理出席。
- ・ 月信の電子化に伴い、月信8月号のQRコードが掲示板に添付してあります。また、地区のホームページからもご覧になれます。
- ・ 7月に発生しました秋田豪雨災害を受けまして2600地区として、災害義援金口座より20万円を義援金としてお送りしたそうです。

8/25 本日のプログラム

ゲスト卓話 宮之尾 剛さん
(アマチュア写真家)



- <結婚記念会員> 竹村利之さん 狩野 土さん
 <夫人誕生記念> 池田加代子さん 轟ゆり子さん
 狩野さといさん
 <会員誕生記念> 高橋英司さん 浦田理奈さん

出席・ニコBOX報告 青木 宏例会運営委員長

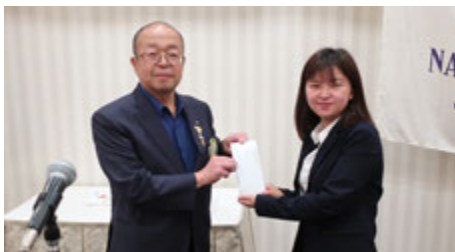
8/18 (会員28名) 出席20名 出席率71.43%

ゲスト：中村 俊太さん (あいおいニッセイ同和損保㈱)
 邱文莘米山奨学生

- ・若麻績信昭さん☆長野は、台風被害無くて良かったですね。来週「台風」の話をしてします。
- ・西沢 徹さん・清水光朗さん☆暑い日が続きますが、お体ご自愛下さい。
- ・太田裕志さん・小山浩太郎さん・狩野 土さん
 ・村田秀雄さん☆中村さんようこそ！本日は宜しくお願い致します。
- ・青木 宏さん☆中村さんようこそ。昨日の雷雨酷かったですね。来週は邱ちゃんをお連れして戸倉上山田ロータリークラブ例会に行ってきますのでお休みします。

・合計 13,000円 ・スヌーピー3,919円
 ・累計 94,518円

邱文莘米山奨学生訪問



例会案内

- 9月1日 ゲスト卓話 青木 茂さん
 (長野市開発公社)
 9月8日 ゲスト卓話 西澤 明英さん
 (㈱フューチャーラボ)
 9月15日 卓話未定
 9月22日 休会
 9月29日 休会

ゲスト卓話 中村俊太さん

「SDGs経営について」



まず、私の自己紹介させていただきますが、今年29歳になり、埼玉県朝霞市出身です。大学を卒業後入社し、7年目となります。最初の配属は佐久支社に4年その後、長野支社で3年目となります。それまでは、長野県に来たことが無かったのですが、実際に来てみると人も温かく、気候もとても良く第二の故郷と言った感じです。今一番ハマっている趣味はサウナです。毎週のように川中島温泉のサウナに行っておりリフレッシュしています。

普段の仕事内容のご紹介させていただきます。保険というのは人にかかる生命保険と物にかかる損害保険と大きく分けて2つに分類されます。私は、後者の物かける損害保険の仕事をしていますが、生命保険とは異なる販売形式を持っており、損害保険は基本的に代理店を介して保険を販売いただく形となります。我々損害保険の営業社員は、お客様に直接提案に行くというよりは代理店に対して営業をしに行き、お客様には提案に行かないことが主流のスタイルになっています。

企業経営から見たSDGs経営のポイントとして、企業経営におけるSDGsが持つ、「リスク」と「チャンス」を理解することが大切です。6つの視点でご説明いたします。

1. 小中学校や高校でSDGsの授業が始まっています。SDGsを学ぶ子どもたちを「SDGsネイティブ」と呼びます。持続可能な経営に向け、未来のお客様の考えを経営に取り入れることは大切です。
2. 大企業がSDGsを踏まえた取引先行動指針(コードオブコンダクト:COCC)の発表や改定を始めています。
3. 企業の成長にはイノベーションが重要です。イノベーションの種をSDGsの中に求める企業が増えています。新商品・新サービスの開発にSDGsを活用することをお勧めします。
4. SDGsは、「あるべき姿を置き振る」思考方法である「バックキャスト」を採用しています。中長期経営計画に「バックキャスト」を取り入れることをお勧めします。
5. 企業の成長には優秀な人材確保とモチベーションが不可欠と言えます。Z世代X世代のSDGsへの関心の高まりを受け、採用育成面でのSDGsの活用をお勧めします。
6. ESG投資の潮流を受け金融機関はSDGs推進に積極的です。金融機関との対話にSDGsを共通言語として活用ください。

ここ二年間で100社ほど回り、申請のお手伝いをさせて頂きました。保険に加入することがすべてではなく、先ずは、長野県の企業様の発展がSDGsの支援から盛り上がり持続可能な経営に繋げて頂きた日思っ毎日私は活動しております。