

2024~2025
RIテーマ

ロータリーのマジック

本年度クラブテーマ

Enjoy Rotary

創立: 1991年7月13日

会長/猿田 正幸

幹事/丸谷 卓巳

会報広報委員長/成田 佑樹

■例会日/毎週金曜日12時30分

■例会場/ホテルメトロポリタン秋田

■事務局/秋田市中通7丁目2番1号 ホテルメトロポリタン秋田内

第1495回<今年度第17回>例会 2024年12月13日(金)

【会長の時間】

会長 猿田 正幸



今日の会長の時間は、私自身の1年間を振り返ってみたいと思います。

私は60歳の厄年を迎えているのですが、今年は1月から散々な目に会ったかなと思っています。

1月に長男が山道で車が滑ってしまいガードレールに突っ込む単独事故を起こし、3月は大学4年生だった二女が1単位を落としてしまい留年騒ぎとなったのですが、就職先が決まっていたためか成績変更により無事卒業できることとなりました。5月には妻の車に無保険車が突っ込んで来て妻の車はほぼ廃車状態に、妻が加入していた自動車保険にて対応できたため安心しましたが、この頃から次に家族内で何かが起こるとしたら自分だな、もしかしたら生死にか

かわるかもと考えるようになったため、8月に3年ぶりに郡山の病院にてPET検診を受診しました。結果、胃と大腸が光っており精密検査をしたほうが良いということになり秋田の病院で大腸カメラと胃カメラによる検査を受けたところ、胃は大丈夫だったのですが、大腸には13ミリのポリープができており切除していただきました。そのポリープの組織検査をしていただいたところがん細胞が出てきたのですが、がん細胞は完全に切除しているから1年後にまた大腸カメラによる検査をしましょうということになり事なきを得ました。

毎年1歳づつ年を取り、病気になるリスクは高くなっていくのは当たり前ですが、病気にはなりたくないと思うこの頃です。健康でいるために、病気予防のために、自分自身でできる事は何かと思い調べてみました。

① 塩分の取り過ぎには注意する

高血圧の原因となります。1日の摂取量は男性が7.5g未満、女性が6.5g未満、ラーメンの食べ過ぎには注意しましょう。

② たばこは吸わない

たばこを吸うと血圧が上がり、それが15分以上続くとされています。

③ 飲酒は適量で

1日当たりの適正摂取量は20gだそうです。ビールなら中瓶1本、日本酒なら1合、ウイスキーならダブルで1杯です。

④ ストレスを溜めない

強いストレスを感じると交感神経が活発となり、血管が収縮して血圧が上昇します。

⑤ 適正体重の維持

毎日30分程度のウォーキングや軽めのジョギングのような有酸素運動が効果的です

⑥ 睡眠は十分に取る

高血圧を防ぐには1日7時間程度の睡眠が良いとされています。

⑦ 健康的な食事をする

一般的に糖質と脂肪の多い高カロリーの食品はNGとされています。

いろいろと話しましたが、運動する時間はないし、酒は付き合いがあるから止められないし、たばこも止められるものならとつくに止めています。また、霜降りの肉は食いたいし、うに、大トロも食べたいしとできそうにありません。私も含めて皆さんも体に不都合がでるお年頃、気を付けたいものです。

終わりに卓上にある4つの缶に”I Serve”の精神でご寄付をお願いいたしまして会長の時間を終わらせていただきます。

【新会員スピーチ】 スピーチ：柴田直俊 会員



皆さん、こんにちは。

まずは自己紹介をさせていただきます。私は秋田市で庭園管理をしている柴田直俊と申します。動物や植物が好きで、資格として自然観察指導員、森林環境林業技師、農薬管理者、さらに造園と土木の管理者としても活動してきました。昔、取得した調理師免許も持っています。いつか役に立つこともあるかと！

・・・ボランティアとかで

若い頃は様々な仕事に挑戦してきました。簡単に言えば、何やっても続かない男でした。そして、31歳の時に公共事業の法面工事を扱う会社を設立しました。法面工事とは、山を削って道路を作った際にできる道路横の斜面に植物のタネを吹きつけたり、芝を張ったりして緑化する工事です。

当時、秋田県は道路建設のピークの時期です。秋田自動車道、大館北空港アクセス道路、森吉ダム、広域農道など、多くの仕事がありました。

真面目にやっていたら飯が食える、これは素晴らしい仕事だ！しかも世の中の景気が下がれば、景気対策として公共事業を投入する。「こりゃ、公務員みたいなもんだな」などと思ってました。

しかし、世の中そんなに甘くありませんでした。平成12年頃を境に次々と大規模工事は終わり、永遠に続くと思っていた新規道路工事がほぼなくなってしまいました。

当時秋田県内には13社の中小のり面緑化業者がいましたが、そのうち生き残れたのは3社か4社だけでした。残念ながら、私の会社は生き残ることができませんでした。会社の整理を進める中で、新しい事業を地元で始めたいという強い思いがありました。新しい事業とは個人のお客様を対象とした庭園管理業です。会社がダメになる数年前から造園管理部門を並行して始めていました。

自宅や実家を売却して返済に充て会社を整理致しました。

そして、平成22年に現在の「ニワコン.com」を開業しました。今年で15年目になります。お庭のコンビニまたはお庭のコンサルタントですね。

余談ですが10人に1人には「ニコワンさん」と呼ばれます。ニコニコワンダブルだそうです。

さて、なぜ「.com」なのかというと、立派なお庭を持つお客様は昔からの老舗の造園屋に頼むことが多いです。しかし、小さな仕事や新しいお庭の依頼は、老舗の造園屋には頼みにくいと感じるお客様が多いのです。その理由としては、まず、小さな仕事を引き受けてもらえるかどうか？そして、具体的な料金が解らないので、どのくらい費用がかかるのか不安に感じることで、さらに怖い顔のプライドの高い職人さんに「こんな仕事はできない」と言われるのではないかと心配が挙げられます。

そこで、私は老舗の造園屋さんとは異なるターゲット層を狙うことにしました。インターネット上のホームページやSNSを活用して広告や宣伝、集客を行いました。

ホームページにはもちろん私の笑顔も載せています。紙媒体の広告チラシは一度も使ったことはありません。

その結果、頼む先がわからなかったお客様や、お庭に1本2本しか木がないお客様、親の代わりに庭を管理しなければならない娘さんや息子さんからのご依頼を受けることができました。中には残念ながら庭をつぶして駐車場にしてほしいという依頼もあり、その場合は来年からのご依頼がなくなり、それも仕方ありません。

また、介護施設のヘルパーさんのスマホからの依頼もあります。施設に入居していてもご自分のお庭の状態が気になる方からの代理での依頼です。作業終了後には、綺麗になったお庭の写真をプリントしてお送りしております。・・・とても喜ばれます。

現在は従業員3人で細々とやっておりますが、春から秋にかけては予約でいっぱいです。今よりも売上と利益を伸ばすためには新しい人材が必要ですが、冬季の収入が少なく、雇用しきれないかという不安があります。ここ数年は暖冬で除雪による収入が減少しております。

常々、冬季が繁忙期の仕事はないかと考えていました。例年庭仕事は3月に始まり12月中頃に終わります。不動産物件の引っ越しが多いのは1月後半から4月で、その際に発生するのが入居前のハウスクリーニングです。現在、試験的に数件受けていますが、来年1月から本格的にスタートする予定です。

これにより従業員の待遇改善、新たな雇用創出、地元産業の活性化を目指します。

最後になりますが、私は今までに色々社会にご迷惑をおかけして生きてまいりました。年齢も今年、レベル60にアップしました。この後何年頑張れるかわかりませんが、この会を通じて社会に貢献する立場の人間になりたいと思います。

この後の私の人生は、社会への恩返し時代です。

本日は私の話をお聞きいただき、ありがとうございました。

【幹事報告】

通 信

* ガバナー事務所

- ・ 年末年始休業のお知らせ
2024年12月27日（金） 15：00～
2025年1月5日（日）

* 一般社団法人 秋田青年会議所

日時 2025年1月18日（土） 18：00～
場所 ANAクラウンプラザホテル

ニコニコNEWS

神田 徳行 会員

当社で運営している男子U-15バスケットボールチームが、秋田県予選を勝ち上がり1/5からの全国大会に出場する事が決まりましたのでニコニコします。(1口)

辻 匡人 会員

12/7にRC会員拡大増強委員会協議会、財団資金管理セミナーに出席し、勉強させて頂きました。まだまだわからない事ばかりですがニコニコします。(1口)

中村 瑞樹 会員

昨日12日は山の神、丁度忘年会？の3連荘目によく飲ませて頂きました。山の神様もよろこんでいると思います。今日と明日は飲まないで、15日のクリスマス例会にそなえたいと思います。クリスマス例会には、秋田大学で私の担当教授もお呼びしました。そのうち当会に入会してもらおうと思っておりますので、皆様よろしくご対応お願いいたします！！(1口)

【出席報告】

例会日	会員数	出席数	欠席数	出席率	メイクアップ
12月13日	41名	29名	12名	70.73%	10名
12月6日	41名	25名	16名	60.98%	0名
11月29日	41名	22名	19名	53.66%	0名

12月13日 例会メニュー

トマトと玉子の中華スープ、ずわい蟹のあんかけピラフ、
ミックスサラダ、デザート