

国際ロータリー第2560地区  
ガバナーテーマ

「基本を学び、地域と共に」

高田ロータリー今年の  
スローガン

「ロータリーを識り、  
奉仕を实践し友情を深めよう」



人類に  
奉仕する  
ロータリー

2016～2017年度

国際ロータリー会長 ジョンF.ジャーム  
2560地区ガバナー 田中 政春  
高田ロータリー会長 本山 秀樹  
幹事 中田 正

事務局：新潟県上越市西城町2-10-25 大島ビル201号  
TEL (025) 526-3288 FAX (025) 526-3534  
メールアドレス：takadarc@joetsu.ne.jp  
例会場：デュオ・セレッソ TEL (025) 526-3111

クラブ広報・会報・雑誌委員  
加藤 卓也 伴 長門 斉藤 光雄 佐藤 芳徳

## 第31回例会 ■ 2月24日(金)

No.31

### 会長挨拶 ● 本山 秀樹



昨日2月23日は、ロータリーの創設記念日で創立112周年を迎えました。ポール・ハリスが創立会員として112年前シカゴで初めて行われた例会からロータリークラブが生まれました。メールでRIジャーム会長は、「ロータリーがなかったら世界がどんな場所になっていたかを知ることはありませんが、ロータリーがあるからこそ世界がよりよい場所になったこと、そして皆さま一人ひとりのご尽力によってロータリーそのものが大きく力強い組織になったことは言うまでもありません。」とメッセージを送っています。

さて、今日がプレミアムフライデーであることを皆さま知っていましたか。ご承知の通りプレミアムフライデーとは、毎月最後の金曜日は仕事を早めに切り上げ、余暇や自分磨きなどで週末を充実させようという官民挙げてのキャンペーンです。バレンタインやクリスマスに匹敵する経済効果を望んでいるようであります。ただ、発想は素晴らしいのですが官庁仕事でうまくいくのか不安ですし、中小企業や地方の現状をもっと考えて頂きたいと思います。

### 出席報告

出席率 96.36%

### メイクアップ

高坂光一君・飯塚宏佳君・田中正人君（2/26  
高田RAC早朝清掃）

### 委員会報告

出席・ニコニコBOX委員会

飯塚宏佳君——この度、娘の大学進学が決まりました。これも受験票に使う証明写真を上手に撮っていただいた、小熊写真館様のお蔭かと思えます。皆様もここぞと言う時はプロの写真館で撮っていただくのがよろしいかと思えます。小熊様有難うございました。

次年度R財団委員会（橋詰会長エレクト）

R財団セミナー参加報告

100%財団寄付バナーについて

### 幹事報告

配布物：週報No.30・100年料亭を核にした街づくりパンフ

回覧物：新会員推薦カード（川崎氏・水野氏）

報告：3月のロータリーレート116円/ドル

## 卓話

# 災害への備え—東日本大震災を経験して—



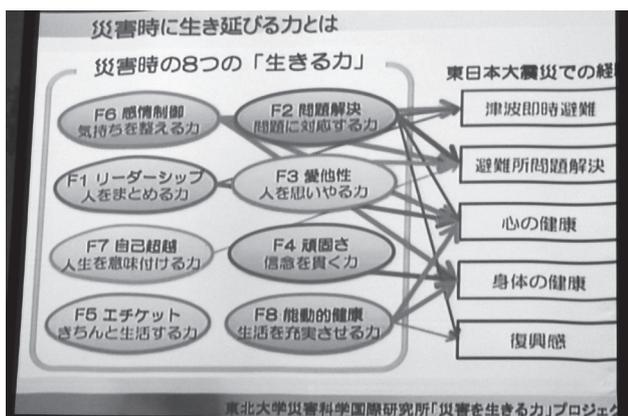
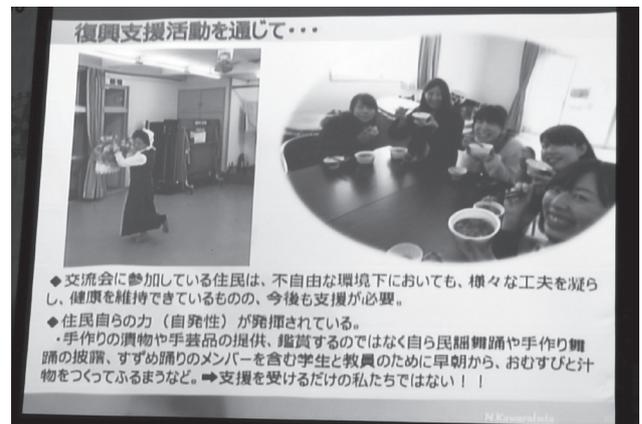
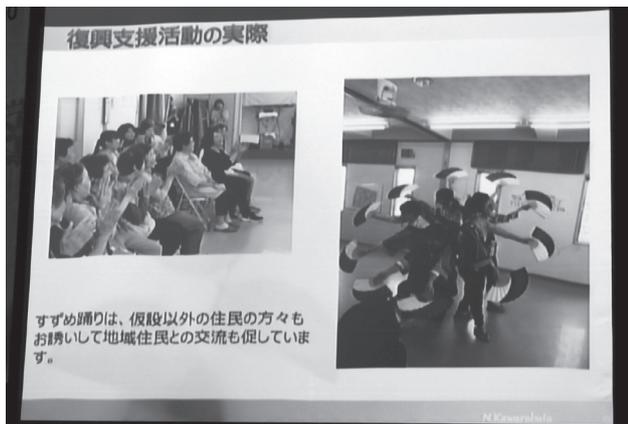
新潟県立看護大学 老年看護学准教授 **河原畑 尚美 様**

東日本大震災からもうすぐ6年が経ちます。私は震災当時、前任校の宮城大学におりました。学生は春休みに入っており、私は実習先の病院で学生用のロッカーを整備している時でした。仙台でも私の住むところは、津波被害はなかったのですが、水、電気、ガス、ガソリンなどのライフラインが絶たれた生活を送りました。

大学は壁やガラスなどの損害があり、何より大きな被害は看護学部の学生が1名、春休みで帰省中に津波に流されたことでした。入試、卒業式、入学式は全て延期、教員は支援活動に出向くこととなりました。私は一大学教員として、また看護職としてできることはないかと考え、震災5日目から沿岸部の避難所の支援に行きました。それからの約5年間、被災地への支援活動、教育・研究

などを通じて、宮城の復興に微々たるものですが、取り組んできました。

自然の力に逆らうことはできません。よって自然災害そのものを防ぐことは難しいですが、備えによって被害を少しでも減らすこと「減災」は可能です。そのためには、「備え」が重要です。「備え」とは、物資を準備しておくことだけではありません。「災害時に生き延びる力」も大切です。東北大学の研究チームが明らかにした災害時に生きる力とは、「人をまとめる力」「問題に対応する力」「人を思いやる力」「信念を貫く力」「きちんと生活する力」「気持ちを整える力」「人生を意味付ける力」「生活を充実させる力」の8つであるといわれています。皆様の備えはいかがでしょうか。今日は私の経験をご紹介します、災害への備えについて皆様と考える機会になればと思っております。



### 災害発生時の72時間を生き延びるために...

1. まずは自分の身を守る
2. 避難所は日ごろから確認しておく→災害によって異なる
3. 72時間分の水と食料を備えておく...
4. 重要なもの（通帳や印鑑、保険証など）はまとめておく
5. 日頃、飲んでおられるお薬を書き留めておく
6. 家族の写真を身に付けておく
7. 家族で集合場所、連絡方法などを決めておく
8. 確実な情報を得て、近所の住民と助け合う
9. 高齢者・乳幼児・ペットのための備え