



Daito Chuo Osaka Japan

第2660地区 大東中央ロータリークラブ

*事務所

〒574-0046
大東市赤井1-2-10-4F
TEL : 072-872-6349
FAX : 072-872-6552
E-mail : dc-rc@eagle.ocn.ne.jp
ホームページ http://www.dcrc31477.com/



*例会

毎週水曜日 12:30~13:30
ホテル阪奈
〒574-0012 大東市龍間266-8
TEL : 072-869-0181
FAX : 072-869-0105



CREATE HOPE
in the WORLD

■会長:青田朝代 ■幹事:岩本静江 ■会報委員長:住川奈美

RI会長 ゴードン R. マッキナリー
2023~2024年度
国際ロータリー・テーマ
世界に希望を生み出そう

四つのテスト

言行はこれに照らしてから

1. 真実かどうか
2. みんなに公平か
3. 好意と友情を深めるか
4. みんなのためになるかどうか

第 1145 回 例会 令和 6 年 3 月 13 日

開会点鐘 : 12:30
 ロータリーソング : 「奉仕の理想」
 来客紹介 : 親睦活動委員長
 会長の時間 : 会長
 諸報告 : 幹事、各委員長、出席報告、ニコニコ箱
 卓話 : 岩本ガバナー補佐・岡田ガバナー補佐エレクト訪問
 閉会点鐘 : 13:30

次回(3/27)のお知らせ

卓話 : 米山奨学生 フィンティフッククインさん

3 月 6 日の例会の記録

出席報告

会員数 : 23 名
 出席者数 : 13 名
 欠席者数 : 6 名
 出席規定免除者数 : 4 名
 出席率 : 68.42 %
 1月17日 修正出席率 : 78.94 %
 ↓
 78.94 %

お知らせ

- ・3/13(水) 地区職業奉仕委員会16:00~ 荒金
- ・3/16(土) PEST会長エレクト研修セミナー 清水
13:00~18:28会議 18:30~20:30親睦会 シティプラザ大阪2階
- ・3/19(火) FR(フレッシュロータリー)研修交流会 青田・岩本・西村・岩崎
18時00分~20時30分 ホテルモントレーラ・スール大阪14階 朗鳴館
- ・3/20(水) 祝日による休会
- ・3/23(土) IM第3組ロータリーデー
受付12:30~ 開会13:30~ YES-THEATER(なんばグランド花月ビル地下)

お誕生祝

梅木・西村 両会員



二〇二〇箱

- ・西村さんお誕生日おめでとうございます。 吉村会員
- ・吉村さん卓話たのしみにしています。 荒金・大東・岩本・岩崎・北田・白川 各会員
- ・今日も寒いですね！吉村会員卓話楽しみにしています。 青田会員
- ・吉村さん卓話宜しくお祈いします。3月1日守口に新店舗できました！ 住川会員
- ・昨日ハリム君が来訪将来エジプトカイロに新R. C. 作ると言っていました。
姉妹クラブがエジプトに出来るかも。 西垣会員
- ・実兄の死を乗り越えて。 清水会員
- ・お誕生日お祝いありがとうございました。 西村会員
- ・例会の欠席のお詫び。 寺田会員

当日計	¥28,000
今期累計額	¥613,000

《 会長の時間 》



会長 青田 朝代

こんにちは。今月は日本の株価と共に金の価格が最高値を更新し、また、ハリウッドで製作された本格時代劇『Shogun—将軍—』が大ヒットしているなど、日本に春の追い風が吹いていることを感じ取れる今日この頃です。

さて、2月10日は旧正月でした。旧暦は太陰暦ですから、月の満ち欠けと日付が連動しています。旧暦1日は「朔日」とも書き、新月の日となり、旧暦15日が満月となるのです。

話は逸れますが、例えば、今でも我々裏千家直門は「八朔の日＝8月1日」にお家元様にご挨拶に伺いますし、京都の舞妓さんたちが8月1日に八朔の挨拶回りをされます。この「朔」は1日のことです。閑話休題。

現在、日本は太陽暦で生活していますが、アジアでは今も旧暦で生活している国が多く、旧正月を祝っています。ほかに世界ではどんな暦が使われているのでしょうか？ 今回は暦についてお話ししたいと思います。

私たちが暦と呼ぶものは2種類あります。「暦」と「紀元」です。

暦は「太陽暦」「太陰暦」といった一年の間の月日の数え方のこと。今日が何月何日なのかを決める方法です。

紀元はADのような「いつを1年とするか？」の基準となる年のことで、つまりは「元年」のことです。



現在、ほとんどの国は公式の日付に太陽暦の「グレゴリオ暦」を使用しています。13世紀にローマ教皇グレゴリウス13世によって改められたものです。

「グレゴリオ暦」と「紀元のAD」は一体化していて、キリストの生誕年=AD 1年と定められています。ADは中世ラテン語の「anno Domini (アunno・ドミニ)」、意味は「主の年」を省略したものです。私たちが「西暦」と呼ぶ数え方です。今年
は西暦2024年ですね。

そして世界に目を向けますと、まずカトリック圏が1582年にグレゴリオ暦を採用しました。続いてプロテスタント圏が1800年代に、日本が1873年に、ギリシア正教圏が1900年代にグレゴリオ暦を採用しています。その後次々とグレゴリオ暦が公式に採用されていきました。

「文化的に旧暦で生活している国がある」と最初に述べた通り、旧暦もいまだ生きています。例えば、日本は「元号」を採用している唯一最後の国です。平成や令和のことです。

また、日本には「皇紀」があります。「皇紀」は「初代・神武天皇が即位なさったとされた年」で明治政府によって定められました。西暦 -660年が皇紀紀元で、今年
は皇紀2684年となります。

他の国も見てみましょう。

ユダヤ教圏には、「ユダヤ暦」と「創世紀元」があります。創世紀元は神が世界を創世したとされる西暦 -3761年です。

イスラム圏では「ヒジュラ歴」と「ヒジュラ紀元」があり、これは預言者ムハンマドが聖遷した西暦662年が紀元です。

ロシア正教会など一部の正教会は今も以前の太陽暦の「ユリウス暦」で生活していて、グレゴリオ暦の1月上旬に新年を迎えます。

アジアにも目を向けてみましょう。

仏教の盛んなタイ王国は、「仏滅紀元」を採用していて、釈迦が入滅した翌年の西暦 -543年を紀元とします。

中華人民共和国では「太陰太陽暦」を使用しており、春節を旧正月として盛大に祝います。また、建国年にあたる西暦1912年を紀元とする「中華民国紀元」を採用しています。

かつて中国王朝に対して朝貢していた韓国やベトナム、その他アジアの多くも旧正月を祝います。

北朝鮮では金正日総書記の生誕年にあたる西暦1912年を紀元とする「主体歴」が使われています。

こうして一覧すると、暦や紀元を残している国に、キリスト教社会とは異なる独自の文化が残っていることがおわかり頂けると思います。

暦や紀元というのは、その文化圏の根幹をなす軸であり、世界を構築する柱であり、その前提を覆すと社会がひっくり返ってしまうような重要なシステムです。ま



た、生活する時間が異なるということは、住んでいる世界観が異なるということです。すなわち、「異文化圏」というのは「一種の異世界」なのです。

となれば、日本の皇紀や元号は天皇由来ですから、皇室存続が日本文化存続鍵であるとも言えるでしょう。

では、もう少し暦を深掘りしてみましょう。

古代、日本では今の半年を一年とする暦が使われていました。しかし、中国経由で太陰太陽暦が伝わってからは、それを参考に手直しした太陰暦が使われるようになりました。

——中国王朝はどうして暦を他国に使わせたのでしょうか？

それは、暦を授けることで、相手の時間を支配できるからです。

中国王朝の冊封体制（さくほうたいせい）では、服従の見返りとして、国王の王位を保証し、領地を保証し（味方認定・攻め込まない）、貿易を許可し、暦の使用を許可しました。これは、属国の国王（人民）・空間・経済・時空を支配するという意味でもあります。

属国は王が代替わりしたら、即座に朝貢へ赴くのが慣例でもありました。中世ヨーロッパでは王権神授説が行われていたと思いますが、その神の立ち位置に歴代の中国王朝がついていたことになるのでしょう。

つまり、アジアにおいて旧暦を使い続けることは、「中国の支配下に降っている」と宣言することに等しいのです。

——そう取られないために他国はどんな対策を行なっているのでしょうか？

例えば、韓国やベトナムは旧暦で年中行事を行う一方で、公用語から漢字を放棄しました。我々から見て不便そうでも、当時の各国上層部は独立国となるための模索をしていたのでしょう。

一方、日本は地理的に中国王朝から離れていることで、この冊封体制から離れた位置にいました。

日本が朝貢した記録は中国王朝側にあります。266年西晋に、その次は147年空いて413年東晋に（『晋書』帝紀・安帝紀）朝貢の記録があります。その後、421年劉宋（宋が複数国あるので呼び分けられる）へ五王続けて朝貢してからは（『宋書』倭国伝）、122年空いて600年に隋へ朝貢する記録があります。

現在、「劉宋への朝貢は、外交上の目的でなされた」と言われています。主に朝鮮半島への軍事的影響力を持つために、「安東大將軍」など朝鮮半島における官位を要求していたようです。

面白いのは、正確性を第一とする『日本書紀』に劉宋時代の朝貢の記載がないことです。これは『日本書紀』の筆法（書き方）で、本来の意図とは異なる外交行為は「書かない」ことで後世に意図を伝えているのです。

つまり、当時の日本は「服従」や「王権保証」を求めてではなく、「朝鮮半島の権益を得るために」朝貢という形を利用したのでした。なぜこのような遠回りな



書き方をしたかという点、『日本書紀』は漢文で書かれた、当時の中国王朝に対して日本の歴史を説明するために制作された歴史書だからです。

607年頃、対等外交を目指した聖徳太子と小野妹子の活躍によって、日本は中国の冊封体制から抜け出しました。

—では、日本の暦はどうなっていたのでしょうか？

645年に大化の改新がなされて、最初の「元号」＝「大化」が作られました。

実は、中国王朝に朝貢していると、「元号」を作れません。

元号は中国から始まったもので、中国皇帝が定める物だからです。属国は、中国王朝に対して、中国皇帝の定めた元号を使って、上奏文を書く必要がありました。しかし、日本は大化の改新以後、「日本の元号」を使って中国王朝へ文を送っていました。

「元号」は東アジア圏において重要な意味のある年月の数え方なのです。

「令和」が定められた時に、アジア各国で詳しくニュースとなったことから、注目度の高さがおわかり頂けると思います。

現在、世界で元号を使っているのは日本だけです。

中国は清王朝が滅んだ後、共産主義国家となりましたから、皇帝がおらず、元号を使えません。その代わりに、中国では建国年を起源とする中華民国紀元を使っています。

日常で、西暦と元号を使うのは不便だとお感じになるでしょうが、このような歴史的・文化的な意味のある元号を、面倒臭いなどの感情や合理性を理由に廃止してはならないと思います。

また、冒頭でも申し上げましたが、アジアの多くの国では今も旧正月を祝います。それがよく知られているので、春節の頃、海外へ行くと、アジア人に対して「Happy Chinese New Year!」と言われるそうです。意味は「旧正月おめでとう」。旧正月は Chinese new year、中国のお正月と訳されるのですね。

日本でもお盆など地域や行事によっては旧暦で行われるものも残っています。しかし、せめて新年の挨拶だけは四方拝の行われるグレゴリオ暦1月1日に祝って頂きたいと思います。



お誕生日おめでとうございます。



[幹事報告]

幹事 岩本 静江

2023-2024 年度 大東中央ロータリークラブ 理事会議事録

議 題	2023-2024 年度 第 9 回 理事会議事録
日 時	2024/3/6 例会前
場 所	ホテル阪奈 4F 例会場
出席者	青田・清水・寺田・白川・大東・西垣・吉村・岩本
欠席者	庵谷・糸川・森原・西村

役員	議案	承認・その他
青田会長		
清水会長エレクト		
寺田副会長 (クラブ 奉仕委員長)		
岩本幹事	①交野 RC40 周年記念式典会長幹事出席 お祝い金4万円 ②3/13(水)岩本 G 補佐・岡田 G 補佐 E の訪問 クラブ 協議会無し、11 時 30 分より懇談会 (※11 時 1 階入口集合お出迎え) 参加者：青田会長、岩本幹事、白川直前会長、清水会長以外、 大東次年度幹事 5 名 4 階ザ・ビューのお部屋にて ③入会のおすすめについて ④細則・慶弔規定について ⑤30 周年組織表について ⑥4月の例会予定について ・4/3(水)マイロータリー登録についての卓話 卓話者 田原至 (ジョン ウォンジ) 氏 大阪西 RC 所属 地区公共イメージ向上委員会 委員 ・4/9(火)合同例会 (叔父大東 RC) ホテル阪奈にて ⑦事務局 3/15(金)有給休暇取得	①⑦承認 ②⑥出席のお願い ③④⑤保留
庵谷会計	2 月会計報告	承認 欠席
大東 S.A.A.		
白川直前会長		

理事	議案	承認・その他
職業奉仕 (西垣委員長)		
社会奉仕 (吉村委員長)	・地区補助金「スマホの便利な機能の使い方」テキスト 最終報告 講演4回分、冊子残数について	
国際奉仕 (糸川委員長)		欠席
青少年奉仕 (森原委員長)		欠席
親睦活動 (西村委員長)		



●)) 先週の卓話 ((●



「スマイルベンチ プロジェクトinダイトウ！」

吉村 悦子 会員

今日は大東市生活支援コーディネーターとして普段の活動を発表させていただきます。

なんと65歳以上がる人に1人、認知症の方が5人に1人の時代に突入してきました。そんな中で高齢者の方が安心して日常生活を送ることができるような取り組みをしています。

みなさん2025年問題をお聞きになったことはありますか？2025年は団塊の世代の方がみなさん75歳を迎える年になります。その年を目途に要介護状態となっても住み慣れた住まいで自分らしい暮らしを続けることができるように、市民同士の助け合い活動として有償ボランティアで生活サポーターを育成しています。

また、高齢者や地域の課題解決として、民間企業等のマッチングをコーディネートするほか不足する資源の開発や新たなネットワーク構築等を推進し、高齢者の課題に対し新事業を展開していただきたいと思います。

みなさんのお手元にオペラパークと協働でオペラパーク館内をみんなで歩きましょうというちらしを配布しています。館内は冷暖房付きで雨の日、暑い日、寒い日関係なく、またバリアフリーで歩きやすく快適に楽しくウォーキングができます。ベンチや自販機もあり、気軽に休憩ができるなど高齢者にとっては快適な場所です。専門家による歩き方教室も一緒に企画をしました。5つのポイントに注意して歩いてみてください。歩幅の目標は65センチこれも意識してみてもいいでしょうか？

スマイルベンチプロジェクトについてご案内させていただきます。ベンチマップをつくりませんか？というちらしをみなさんに配布させていただきました。その中にこんなまちを作りませんかと効果を書いています。グーグルマップでベンチマップを作成しました。大東市には15 2カ所の公園があり、そのベンチを入力したり、私たちが歩いて見つけたベンチを入力しています。このベンチ情報は300メートル先のスーパーに買い物に行きたいけど途中で休憩しないといけない方にベンチの場所がわかればケアプランにも役立つ情報になります。全国でベンチマップ作っているところがなく、日本で唯一の取り組みになるのではないかと考えます。

最後に大東中央ロータリークラブに寄贈していただいたスマホテキストを使いスマホ講座の様子の写真です。皆さん一生懸命に勉強をされています。寄贈していただきありがとうございました。



ベンチMAPをつくりませんか？

みなさんが知ってる既存のベンチを教えてください



スマイルベンチプロジェクトinダイトウを立ち上げるにあたり、大東市内でベンチがある場所の情報を教えてください

LINEでカンタン共有！



LINE送信ができない方は info@sumaisc.comまでメール下さい

ベンチのある場所を写真に撮って左記の二次元コードよりLINEで送信ください ※友だち登録をお願いいたします

送っていただきたいもの

- 写真
- ベンチがあるところの住所 ※わからなければ場所の特徴など
- 投稿者のお名前・連絡先

みなさまの情報をもとに「ちよこっと座っていただける場所」をマップに配置し、出かけたくなるまちづくり「スマイルベンチプロジェクト」を推進してまいります

スマイルベンチプロジェクトについては裏面をご覧ください

お申し込み・お問い合わせ

生活サポートセンター (NPO法人 住まいみまもりたい)

〒574-0072 大東市深野3-28-3 アクティブ・スクウェア・大東303号
TEL 072-812-6571 FAX 072-812-6572 E-mail info@sumaisc.com
※電話受付の時間は月曜日～金曜日 午前9時～午後5時

スマイルベンチプロジェクト! inダイトウ

こんなまちを作りませんか

いつまでも自分の足で歩けるまち

長い道のりを歩くのが難しい高齢者や妊婦、障がい者の方が休憩できるベンチがあれば安心して外出ができます。「次のベンチまで頑張ろう!」と励みにも。

つながりのあるまち

ベンチが有ること、そこで憩う人たちのコミュニケーションも生まれ、さらに地域の防犯や見守りの効果も期待できます。

でかけたくなるまち

地域の住民やお店、企業の思いやりのベンチを置くことで、つながりや優しさにあふれたまちになります。いろんなベンチがあることで、「ここにもこんなベンチがある」と見つける楽しさが生まれます。

スマイルベンチプロジェクトは地域の住民、関係機関、お店、企業などが意見を出し合い協力してベンチを設置することで互いに絆を深め、住みやすいまちづくりを地域で取り組みます。



スマイルウォーク in だいとう

ポップタウン住道オペラパーク

あなたらしくイキイキ元気に過ごす毎日のために

Walking

スマイルウォークへご参加ありがとうございます！
健康に関心の高い皆様へ、本日は2つの内容をお伝えいたします。

1. 厚生労働省推奨 『プラス・ステ』について
2. 『認知症と歩幅の関係』について

『プラス・ステ』って何のこと？

厚生労働省が作成した健康増進のための指針より、『プラス・ステ』という概念が掲げられています。
今日から、『10分』多く身体を動かしましょう! というものです。

実は体操やウォーキングばかりではなく、日常生活の中でも『増進をかける』『増進を平準に増進させる』ことは、歩行と同じくらい、それ以上の運動効果です。

役割をもち、毎日イキイキと過ごすことも、健康への一歩なんです!



チェックしてみましょう!!

- 1. 毎日合計60分以上、歩いたり動いている
- 2. 運動習慣がある
- 3. 同世代の同性と比較して歩くスピードが速い

全てチェックがついた方: 『素晴らしい!』一層にからだを動かす仲間を増やしましょう。
1にチェックがついた方: 『目標達成しています!』よりアクティブな生活のために+10を目標!
2又は3にチェック: 『あと一歩!』できそうな+10を今日から始めましょう。
チェック0個だった方: スマイルウォークのスタッフへお声掛けください。一緒に+10を考えましょう!

※厚生労働省 アクティブガイド—健康づくりのための身体活動指針—より

歩幅を広げれば、認知症は防げる!?

運動が認知症予防に有効であることは、多くの研究で示されていますが、国立環境研究所 谷口氏により、「歩幅が狭い人は認知症になりやすい」との研究結果が出て、世界中で大きな反響を巻き起こしています。

歩幅を広げるための5つのポイント!



※歩幅の目標としては、65cm。これは概ね、【横断歩道の白線】と同じ幅です。買い物や外出の際に、横断歩道で自身の歩幅をチェックしてみましょう。

1966年6月29日～7月3日
来日した、かの有名な英国4人組
ロックバンドのレコードジャケットでも、
横断歩道を歩いていますね・・・?

■協力: 大東・西宮 福祉センター協議会
■参加費: 無料 (50名程度)
■申込先: 大東市中央公民館 / 社会福祉法人 慶生会 / リハビリ施設有線センター・ラジオシティ

