



Rotary RYLA  
District 2680/2670

第39回

# RYLA Seminar

青少年指導者養成セミナー報告書

テーマ

「創造」

2017年5月18日～21日

主催

国際ロータリー第2680・2670地区  
RYLA委員会



RYLAセミナーの方針・ねらい	3
スケジュール	3

## ■ 1日目 ■

● 開講式

オリエンテーション ディーン(2670地区)	米山 徹太	DVD
---------------------------	-------	-----

ガバナー挨拶

国際ロータリー第2680地区 ガバナー	室津 義定	DVD
国際ロータリー第2670地区 ガバナー	前田 直俊	DVD

講演「ロータリーがRYLAに期待するもの」

西宮イブニングロータリークラブ オリエンテーション	黒田 建一	6
		DVD

● オープニングパーティー

● ロータリアンの夕べ

ガバナーノミニー(2680地区)	矢野 宗司
ガバナー(2670地区)	前田 直俊

## ■ 2日目 ■

● 講義1 私の‘想像しての創造人生’

自己実現の為には、想像から始まり、創造し、そしてまた想像して創造するという事の繰り返しです。

NPO日本ファミリィダンス協会 理事 野呂 和美 氏	16
-------------------------------	----

● 講義2 「神山プロジェクト」～創造的過疎から考える地方創生～

特定非営利活動法人グリーンバー 理事長 大南 信也 氏	24
--------------------------------	----

● 講義3 「日本の医療におけるunmet needs (アンメットニーズ)

日本初 足の総合病院  
下北沢病院 病院長

菊池 守 氏	28
--------	----

● ロータリアンのタベ

第10回 全国RYLA研究会  
2018 JAPAN RYLAセミナー  
「実行委員会について」

■ 3日目 ■

● フォーラム	.....	DVD
● カウンシルファイアー		
オブザーバー	坂東 隆弘	.....
		43

■ 4日目 ■

● 講義4 「21世紀をどう生きるか」		
パストガバナー(2680地区)		
RYLA顧問	安平 和彦	.....
		47
●閉講式		
閉講の挨拶		
パストガバナー(2680地区)		
RYLA顧問	三木 明	.....
ガバナーノミニー(2670地区)	桑原 征一	.....
		DVD
		DVD
参加者感想文	.....	62
受講生名簿	.....	84
第39回 R Y L A 委員会	.....	86

■ 共に問い合わせよう！ ■ 課題を共有・追求しよう！  
■ 共に成長しよう！ ■ 意識改革に挑戦！

RYLAセミナーのねらいは、受講生の皆さんに次のような5つの特色をあじわってもらうことがあります。

- ① 高いレベルの講義と討論
- ② キャビンタイム（親睦とその熟成）
- ③ 自由と自律
- ④ 余島の自然
- ⑤ カウンセラーシステム

恵まれた自然の余島で、テーマに基づく講義、キャビンタイム、思索の時間、バズセッション、フォーラムなどを通して、学び、語り合い、考えていただきたいと思います。

\*\*\*\*\*

	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23
5月18日(木)									集合 14:00	開講式 オリエンテーション 講演 講師 黒田 建一氏 15:00	キャビンタイム 18:15	オープニング パーティ 20:15		キャビンタイム ロータリアンの夕べ 20:15			
5月19日(金)		朝食 7:30	講義① 講師 野呂 和美 氏 9:30	講義② 講師 大南 信也 氏 11:00	昼食 12:30	講義③ 講師 菊池 守 氏 13:20	思索の時間 15:00	レクリエーション 16:00	夕食 18:00		バズセッション 19:00 ロータリアンの夕べ 19:30						
5月20日(土)	朝食 7:30	バズセッション 9:00	昼食 12:00	バズ集約 13:00		フォーラム 14:00		学友会案内他 18:00	夕食 18:30	カウンシルファイア 19:30	キャビンタイム 21:00						
5月21日(日)	朝食 7:30	講義④ 講師 安平 和彦 氏 9:00	閉講式・感想文 記念植樹・撮影 10:40 昼食 12:00	解散													

# おもいで



■ 余島上陸

■ 余島風景



■ 受付風景



■ 開講式



■ 班発表



■ オープニングパーティー

講演

## 「ロータリーがRYLAに期待するもの」

西宮イブニングロータリークラブ

黒田 建一



### 1. はじめに

余島へようこそ。この様に、私達ロータリークラブのRYLAというセミナーに関わる者は、39回、39年間に亘ってこの挨拶をして参りました。

一方、皆さんは、大半の方が今回初めてRYLAというものと接せられたものと思います。RYLAの意味や、ロータリーについては、少しだけ説明がありましたが、今からもう少し詳しく話していきたいと思います。

ところで、このセミナーは以前は3月下旬に開催されていました。2年前、37回目セミナーから5月になりましたが、2ヶ月遅くなることで気候は全く変わり、3月の時は冬の様に寒い時もあれば、5月になると夏の様に暑い日もあります。暖かくなって、私達は過ごし易くなりましたが、だからといってどの様に気候が変化するか分かりませんから、皆さんも体調には気を付けて下さい。

### 2. ロータリーとは

(1) ロータリーについて少しだけ説明がありました。もう一度繰り返しますと、ロータリーは、1905年2月23日アメリカのシカゴで、ポール・ハリスという弁護士とその友人達3人と合わせて4人の青年達が集って会合を持ったことに始まりました。4人の青年達の収入や資産を私は知りませんが、必ずしもお金持ちではなかった様です。この集まりは、当初2週に1回であった様であり、場所は会員の会

社・事務所の持ち回りでした。ロータリー(歯車)という名称はそこから来ています。尤も暫くして、会場はホテルに固定会場を設けるようになり、例会も毎週となりましたが。

(2) ところで、この4人、特にポール・ハリスは何故この様な集まりを作ろうと思ったのでしょうか。その前に、そもそも「クラブ」とはどの様なものか、少し触れておきたいと思います。

皆さんは、「クラブ」と聞いたとき何を思い浮かべるでしょうか。多くの人は学校時代のクラブ活動のクラブでしょうか。ロータリーの人はゴルフクラブかもしれません。クラブというものが何時頃出来たかはクラブの定義にもよるかもしれません、一応起源はイギリスであり、「club」という言葉は、「執着する、団結する」という意味のクリブ(cleave)という言葉から来ている様です。

クラブの様な団体は15世紀前後には有ったようですが、一般に広がったのは17世紀半ば頃のことでの、当初は比較的開かれた集団が徐々に閉鎖的なものになった様です。

イギリス人が中心となって植民地開拓がされ独立したアメリカ合衆国の場合も、盛んにクラブが結成されてきました。あるデータによりますと、1890年頃、1万人余りのある町に92種のクラブがあり、これは125人に1つの割合であったとのことで、この町では、1924年にはクラブ数が458となり、人口も増えたものの80人に1つの割合でクラブがあることとなったそうです。

別の研究では、1950年頃と思われますが、

1万7,000人の町に800余りのクラブがあり、その密度は20人に1クラブに及んでいたとのことです。

この様にアメリカという国はクラブが盛んであり、「クラブが作った国」とも言われています。

しかし、アメリカの成り立ちを考える時、そうした現象は何ら不思議ではないとも言えるでしょう。1688年、アメリカ・プリマス植民地に入植したピューリタン達が設立した教会は、当時の在り方からすれば、まさに私的団体でした。

カトリックは勿論、プロテスタントの内でもピューリタンなどを除けば、教会は王や領主の傘下に有り、教団単位の教会はありませんでした。その内にあってアメリカへ来たピューリタン達は、私的結社としての教会を作り、もともと宗教的圧迫から逃れる為、アメリカへやって来たのですから、教会を守る為、又牧師養成の為、神学大学を作りました（その1つがハーバード大学です。まず神学部でした）。

こうした結社が生活の基盤となっていたピューリタンを主とするアメリカ人にとって、クラブの存在は生活の一部になっていたのだと思われます。

因みに、日本でも古くから講や一揆、若者組などの団体がありましたが、これらは地縁、血縁と深く結びついており、個人の意思や判断による団体は江戸時代から明治時代にかけて展開されるに至った様です。

1905年のシカゴもまた同じであったことでしょう。こうした中で、ポール・ハリスという中堅の弁護士が、3人の仲間とロータリークラブをシカゴで創ることとなりました。シカゴ出身ではないハリスには、親友と言える友達もおらず、定まった教会に属して通っていたわけでもありませんでした。当時のアメリカで定まった教会に属していないことが何を意味するのかについて、マックス・ウェーバーという20世紀を代表する社会学者

が、1906年に新聞で発表した記事で1つのエピソードを紹介しています。ウェーバーがアメリカで会った医者の話として、医者が患者に病状を尋ねたところ、患者は最初に、「私は、○○街の××教会の者です。」と答えたということです。その通り取りの意味するところは、何よりも自分は××教会という教会に属する資格があると認められたものであり、経済的にも信用されていること、従って診療代はきちんと支払えますということを伝えたということです。このエピソードは、当時のアメリカの経済状況を物語ると同時に、アメリカ社会における教会の位置付けを表してもいます。定まった教会に属していなかつたハリスのステータスは決して高くはなかつたでしょうし、何よりも自分が何時行っても良い場所が無いことも意味します。ハリスが寂しいと思い、自分達が自分達に合ったクラブを作ろうとした気持ちを持ったことは、こうしたアメリカ社会の状況の中からも良く理解出来るところです。

(3) ロータリーは人の集まりですが、理念・目的をもった団体でもあります。ロータリーはその目的について「意義ある事業の基礎として奉仕の理念を奨励し、これを育むことにある」（RI定款第4条）としています。ここでいう「事業」は原文では「enterprise」とされており、企業心、冒険心、積極（自主）性という表現の方が相応しいかもしれません。その点は措くとしまして、「奉仕の理念」（「the ideal of service」、以前は「奉仕の理想」と訳されていました）は、RIの決議23-34「社会奉仕に関する1923年声明」で「ロータリーは、基本的には、一つの人生哲学であり、それは利己的な欲求と義務およびこれに伴う他人の為に奉仕したいという感情とのあいだに常に存在する矛盾を和らげようとするものである。」と言っています。「利己的な欲求」と「義務+義務に伴う他人のために奉仕したいという感情」を調節する場としてのロータリーということになります。

(4) 設立の経緯などはワークブックに書いてある通りです。1905年の創立時から暫くはアメリカ国内の主要都市に新クラブが設立され、1910年～12年にかけ、カナダ、イギリス、アイルランドにも新クラブが設立されました。会員数は10万人を超えたのが約20年を経た1924年頃、第二次大戦の頃は約20万人、50万人を超えたのが1961年頃、100万人を超えたのが1986年頃ですから、第二次大戦後急増していることが分かります。

### 3. ロータリーの目的と奉仕

(1) ロータリーの目的（綱領）はあとからその一部をお話ししますとおり、設立当初から少しずつ変化があり、現在は次のとおりとなっています。

「ロータリーの目的は、意義ある事業の基礎として奉仕の理念を奨励し、これを育むことにある。具体的には、次の各項を奨励することにある：

第1 知り合いを広めることによって奉仕の機会とすること；

第2 職業上の高い倫理基準を保ち、役立つ仕事はすべて価値あるものと認識し、社会に奉仕する機会としてロータリアン各自の職業を高潔なものにすること；

第3 ロータリアン一人一人が、個人として、また事業および社会生活において、日々、奉仕の理念を実践すること；

第4 奉仕の理念で結ばれた職業人が、世界的なネットワークを通じて国際理解、親善、平和を推進すること」

この目的を基としてロータリーには①クラブ奉仕、②職業奉仕、③社会奉仕、④国際奉仕という4つの奉仕部門が定められ、その後青少年奉仕が5つ目の奉仕部門に定められました。

(2) クラブ奉仕はクラブの機能を充実させる

為に、クラブの内で会員が取るべき行動に関する部門です。

(3) 2番目の職業奉仕については「事業および専門職務の道徳的水準を高め、品位ある業務はすべて尊重されるべきであるという認識を深め、あらゆる職業に携わる中で奉仕の理念を実践していくという目的を持つものである。会員の役割には、ロータリーの理念に従って自分自身を律し、事業を行うこと、そして自己の職業上の手腕を社会の問題やニーズに役立てるために、クラブが開発したプロジェクトに応えることが含まれる」とされています。

これが具体的には何を意味するものであるのか、その理解は中々難しいものがあります。ただ、この職業奉仕という考え方はロータリーに特有のものであることは強調しておきたいと思います。また、世の中にはロータリアンでない人で職業奉仕に基づいて職務に就いている人は沢山居られますから、逆に難しく考える必要はないかもしれません。また、職業奉仕が、例えば単に商品を寄贈したり、無償で職務提供するというもので終るものではないことも知っておいて頂きたいと思います。

(4) 次は社会奉仕についてです。

① 1905年に新設されたロータリー（シカゴ）は当初奉仕という目的は持っておらず、「1. 本クラブ会員の事業上の利益の増大、2. 通常社交クラブに付随する親睦およびその他の特に必要と思われる事項の推進」という綱領（目的）を持っているだけでした。1.はビジネス推進、2.は親睦の推進を謳うものです。

1906年4月にトゥイードというロータリアンから入会を誘われた弁理士のドナルド（・ドン）・カーターはその綱領を見て「必要と思われる事項」と冷笑を浮かべゆっくり一音節ずつ発音し、「まさに法律用語ですね。」と言いました。そして、彼はトゥイードに、こういう偏狭な動機のクラブに

入る気はないと伝え、続けて、「こういうクラブは会員以外の人の役に立つようなことができれば、将来性があると思いますよ。何か市民に対する奉仕をするべきだと思います。」と付け加えました。するとトウイードは、カーターに入会して、今話したようなことを改正案として提案してはどうかと薦めました。その月のうちにカーターはロータリアンとなり、トウイードが次にカーターを訪れたとき、カーターは手書きのロータリー・クラブ定款改正案の原稿をトウイードに見せました。これを気に入ったトウイードは自分の秘書にタイプさせ、間もなく開かれたクラブ例会で3番目の綱領が圧倒的多数で採択されました。

### 3. シカゴ市の最大の利益を推進し、シカゴ市民としての誇りと忠誠心を市民の間に広めること

シカゴクラブ定款に1906年に加えられたカーターの構想は、その後のすべてのロータリー・クラブで採択され、永久にロータリー運動の焦点を変えることになりました。

② こうしてロータリーに奉仕という行動指針が定められたのですが、奉仕の方法は様々です。皆さんは奉仕しなさいと言われたら何をしますか。寄付？ ボランティア？ 慈善活動？ 恐らくどれもが奉仕なのでしょう。

ロータリーの場合、まず、1907年に馬に死なれた説教師に馬の寄贈をしました。それから、数週間後ポール・ハリスは商工会議所の会合でシカゴの町中に公衆トイレが必要だという話が出ているのを聞き、早速その寄贈を企画しました。しかし、当時、街中のトイレは、女性はデパート、男性は居酒屋のトイレを利用し、その際なにがしかの買い物をすることが暗黙の了解とされていました。その為、売上げ減少を恐れたデパートや酒造業者が公衆トイレの設置に反対しました。それでもその反対を押し

切って2年後の1909年に公衆トイレが設置されました。その後、ロータリーの社会奉仕活動は、大陸横断ハイウェイ・プロジェクト、災害発生時の援助、貧者、弱者に対する援助など様々な活動に広がり、かつてメインの目的であった互恵取引はその主役の座を奉仕に譲ることになりました。

③ 災害援助では、我が国で最初のロータリークラブとして1921年4月1日に正式認証を受けた東京RCの有名なエピソードがあります。東京RCは大半が財界の有力者であり、多忙であったせいか当初はクラブとしての一体感は乏しかった様です。設立直後の1923年9月1日に関東大震災が発生しましたが、RIから9月4日にはRI会長名で激励電報が入り、翌日の9月5日には震災復興資金として25,000ドル（この頃の1ドルは少なくとも今の3,000円～5,000円位に当ると思われます）を贈るという連絡が入りました。当時は1921年～22年にかけてのワシントン軍縮会議や1922年の日本人の帰化禁止宣言などがあり、日米関係は決して好いものではなく、そうした中にあってのロータリーの迅速な対応に東京RCはロータリー活動の意義を見直し、それ迄不定期であった例会が定期的になるなど変化していったといいます。

### （5）国際奉仕

ロータリーの奉仕は当初は社会奉仕として、主に地域内での活動がなされていました。しかし、奉仕の対象は自分達の住む周辺地域に留まることはなく、ロータリーの組織自体が国際化するにつれ外国の人々もその対象となっていきました。

因みにロータリー加盟クラブのアメリカ以外の国数（地域を含む）が10を超えたのは1919年頃ですが、その10年後の1929年頃には58ヶ国迄に増えており、アジア、アフリカの国がほとんどない（約10ヶ国）ことを考えますと、海外への浸透はかなり早かったことが窺えます。

なお、RIと略称される国際ロータリーは、全世界のロータリークラブのネットワークであり、1922年にそれ迄国際ロータリー連合会という名称であったものを、国際ロータリーに省略したものです（その理由はエンブレムに連合会を入れると長過ぎるからというものです）。

ロータリーは1921年には「国際平和と親善」をロータリー綱領（目的）の1つに加え、国際奉仕が奉仕部門の1つとなるきっかけを作りました。

第一次大戦を終えたばかりの1921年頃は国際連盟の創設、軍縮会議、不戦条約の締結など戦争回避の為の様々な工夫がなされていました。その事は逆に所謂先進国間においてさえ国家間紛争が潜在し、時に顕在化するという不安定な時代であったことを物語っており、国際奉仕の意味は現代より一層大きな意義を有していたと言えるかもしれません。

#### （6）青少年奉仕

次に、ロータリーの第5奉仕とされている青少年奉仕活動の話に入りたいと思います。

青少年奉仕は、「指導力養成活動、社会奉仕プロジェクトおよび国際奉仕プロジェクトへの参加、世界平和と異文化の理解を深め育む交換プログラムを通じて、青少年ならびに若者によって、好みの変化がもたらされることを認識するものである」とされています。

青少年奉仕のプログラムについてはワークブックにも簡単な説明があります。青少年奉仕に関する活動は元々社会奉仕や国際奉仕の部門の活動であったのですが、ロータリーは次世代を担う若い世代=青少年に対する様々な育成活動の重要性を認識し、敢えて青少年奉仕という新しい奉仕部門を作りました。ワークブックに出ているインターラクト、ローターアクト、青少年交換（+新世代奉仕交換）、そしてRYLAはその活動内容がかぶることなく、様々なプログラムに参加できる様になっています。例えば皆さんはこのセミナーを修了されればライラリアンとなり

ますが、それと同時にRYLA学友会の会員となり、それとは別にローターアクトに参加することも可能です。また、ロータリーは奨学金制度も設けていますから、その道も開かれています。今、RYLA学友会と言いましたが、これはRYLA修了生=ライラリアンの同窓会と考えて頂いてよいと思います。ただ、この同窓会は単にセミナーの思い出を語るという団体ではなく、RYLAセミナーで得たことによって自己鍛錬するばかりではなく、更に社会還元する様な活動を継続して行っていくことを目的としています。詳しいことは、また学友会の方から説明がありますから、それを聞いて下さい。

#### （7）奉仕の意味－奉仕活動

ロータリーの奉仕はただお金や物を寄贈すれば足りるというものではありません。ロータリーの奉仕とは「奉仕活動」のことです。そのことは先にも触れました決議23-34という声明での「奉仕するものは行動しなければならない。従って、ロータリーとは単なる構えのことをいうのではなく、また、ロータリーの哲学も単に主観的なものであってはならず、それを客観的な行動に表さなければならない。そして、ロータリアン個人もロータリークラブも、奉仕の理論を実践に移さなければならない。」とされていることからも明らかとなっています。このRYLAセミナーも運営や管理の大半を外注することも可能ですが、実際にはロータリアンが全て手仕事で行っています。

ロータリーの奉仕活動は、まず自身の行動ありきが大原則となっています。

それでも現実の奉仕活動では金銭出費が必要なことがあることも確かです。

例えば、現在ロータリーが最も力を入れているプログラムの1つとしてポリオ撲滅的目的とするポリオプラス・プログラムがあります。これはポリオ（灰白髄炎）をポリオワクチンの投与によって全世界から無くそうとする活動ですが、その活動には毎年何億円かの

費用が必要となります。ロータリーはその資金をロータリアンから募っていますが、世界の大半のロータリークラブ、ロータリアンが直接そのプログラムを実践するわけではありません。

ロータリーは、それが必要であれば金銭や物の寄贈も行います。その管理主体としてロータリー財團という団体があり、ボリオプラスだけではなく、地区や各クラブの社会奉仕、国際奉仕活動（皆さんに分かり易い例で言えば奨学金など）の資金的援助を行っています。

#### 4. RYLAとは

(1)さて、いよいよ RYLA=Rotary Youth Leadership Awards=ロータリー青少年指導者養成セミナーの話に入りたいと思います。

RYLAの概要はワークブックに書かれています。1959年にオーストラリアのグレートバリアリーフで有名なクイーンズランド州のブリスベンRCが青少年の為に1週間の会議を主催することになり、これに出席する優秀な10代の青少年を、クイーンズランド州全体から集めました。この催し物が成功し高い評価を得ましたので、その方法はオーストラリ

ア全体に、そして世界的に広がり、1971年にはRIはRYLAを正式にロータリー青少年プログラムとすることとしました。そうなったものの暫くは期待した程の盛り上がりはなかった様です。こうした中、先年亡くなられた今井鎮雄さんという私達の偉大な先達ロータリアンが、40年前に、やはり私達の大先輩で今もRYLA顧問をして頂いている伊丹ロータリークラブの深川純一パストガバナーなど何名かを仲間としてRYLAセミナーを実施することを考えられました。RYLAセミナーは今回も行っている様な40～50名単位の規模で行うこととなれば、単独クラブでの実施は難しく、地区規模で行うことになります。因みに地区についてはワークブックにも説明がありますが、本来ロータリーは組織的には個々のロータリークラブがRIに直接加盟をする形をとっています。しかし、世界中には約3万5,000のクラブがあり、日本だけでも約2,300のクラブがありますから、RIが直接個々のクラブと連絡を取ることは事実上不可能に近いことですから、70～80クラブ位の単位に区分けして、RIと個々のクラブの中継点となっているのが地区です。

話を戻しますが、40年前は今の2670地区（四国全体）と2680地区（兵庫県）は1つの



地区でしたから、今の様に2地区合同ではなく単独地区のプログラムとして発足しました。

1回目は1979年でした。古い時代のセミナーのことについてはまたベテランのロータリアンの方々からお話をあると思いますが、このセミナーは1回目以降1回も中止することなく（あの阪神大震災の時も）開催されてきました。何がこの継続をもたらしているのか、それは結論を先回りして言えば、セミナーを企画し実施しているロータリアンの思いに対し、受講生の皆さんが必要積極的な反応をされているからであるということが言えると思います。

皆さんは、今は、一体これから何が始まるのだろうか、あと4日も長いなあ、最後迄持つかしらと思っておられるかもしれません。その皆さんに対し、ロータリー側が先立って皆さんに期待するものと題して話をしても中々分かりにくいかもしませんが、多くのライラリアンがRYLA学友会に参加して積極的に活動していることは答えの1つであると思います。

(2) さて、RYLAという言葉についてもう少し話します。

始めのR=Rotary、これは概ね奉仕活動という言葉に置き換えて理解してもらってもいいと思います。始めにも申し上げました通り、奉仕という言葉は中々分かりにくい言葉でもあります。奉仕に近い言葉として贈与という言葉があります。贈与は深く考えないときは單に見返りを求めるような行為と考えられがちであると思います。しかし、「贈与論」では返礼（反対贈与）の無い贈与は無いと考えられていることも事実です。一般に見返りを求めるることは讚えられるべきこととして考えられているかもしれません。しかし、贈与的行為の一環であるとされるボランティアについては『ボランティアを「一方的に他者に与える行為」と捉えること自体、ボランティアを知らない人による古くさい思い

込みではないか。ボランティアは「これまでの自己犠牲的な「奉仕」、「献身」、「慈善」から、気楽に自然体で行う「自己発見」、「自己実現」、さらには「生きがい」そのものへと、まさにそのイメージも認識も変わりつつある。』、『確かに今のボランティア論の多くは、「自己発見／実現」の他、「支え合い」、「相互承認」、「共にいること」などをボランティアの「本質」と規定し、「一方的な贈与」という表象を例外なく否定する。』とも言われています。

奉仕も奉仕活動も又同じ様に考えてもよいと思います。

つまり、贈与やボランティアがそうである様に、奉仕においても何らかの一方的な行動で終わるというものではなく、恐らくは、終わらない方が良いものだと思います。

奉仕自体は、対価を求めるものではないことは確かですが、何らかの反応が生じない奉仕もまた、淋しいものであるかもしれません。それは感謝とかではなく、奉仕の受け手が奉仕した者と新たな関係性を持つに至ることであると思います。非常に抽象的ですが、その新たな関係性は、必ずしも積極的、肯定的でなくとも、消極的、否定的なものであってもやむをえないと思います。

(3) 私達ロータリアンは、このRYLAセミナーを通じてロータリーの中心理念である奉仕（活動）を皆さんに認識し、理解してもらえばと思います。奉仕活動はロータリアンだけがしているというものではありません。奉仕活動は誰にでも出来ることですが、ロータリアンはその事を特に大事なものであると考えているということです。私達がRYLAセミナーを通じて皆さんに伝えたいことの中核はY・L即ちYouth Leadershipにあります。Leadership=指導者、指導力育成というと、何か自分が先頭に立って他の人を引っ張っていくノウハウの取得を目的化したもので、下手をするとお前は何様のつもりかと言われそうな気がする人もいるかもしれません。

しかし、まず指導者については、ある人の集まりの中でその人が持つ何らかの有意な力を他の人の多くが認めるものでなければなりません。従って、学校で数学や国語の教科書を勉強してテストで良い点を取って先生に褒められれば足るというものではないでしょう。なぜなら、その人が高い点をとっただけでは先生との関係は良くなるとしても、クラスメイトへの影響は一義的にプラスの方向へ行くとは限らず、直ちにクラス内のリーダーとして認識される保証はないからです。リーダーの力は、例えば何かの団体を多少時間をかけてでもまとめていく力であったり、それ迄何にも関わりのなかった人達が突然の災害にあったとき、瞬時に冷静な判断をして人を率いていく力であったり、様々です。前者の場合は、リーダー自身少しずつ勉強をしていくべきある程度のリーダーシップの力は得られるでしょう。しかし、反面でその人の欠点も少しずつ現れていくかもしれませんから、時間のあることはその人の真のリーダーとしての力が試されることになります。後者の様に瞬間的な判断が求められるときは難しい。それは例えば地震の時、自分が慌てないという精神的能力に加え、その地震から発生するであろう危害を想定して行動するための知識的能力が必要であるだけでなく、狼狽している人々を一旦冷静にさせる為に例えば一喝するなどの身体的・物理的能力も必要となるからです。

前者の様な場合にせよ、後者の様な場合にせよ、私達はまず自分が自分で考える力を持ち、かつ、自分の考えを説得的に伝える力がなければなりません。こうした力は、いずれは他の人にチェックされることもあるでしょうが、当面は自分1人で鍛え、習得するより他ありません。ですから、このセミナーは他の人をどうのこうのしようとする目的とするものではなく、取り敢えず自分の為にあるものと考えてもらえば良いと思います。また、このセミナーは自己啓発セミナーの場

合とは違います。私達はこのセミナーで皆さんに何か直接的なあるいは具体的な目的を達成してもらいたいわけではありません。長い人生の一環として考えてもらってよいのですが、勿論何かが得られるのであればそれに越したことはありません。

(4) リーダーシップの話はこれ位とし、次にセミナーの中身についてお話をしたいと思います。このセミナーのプログラムについてはワークブックに書かれています。時間配分から講義とバズセッション、フォーラムを中心となっていることは予想できることと思います。講義については私自身その内容を知りませんから説明することは出来ません。講義はありのままに聴いて下さい。ただ、今回のテーマが皆さんにとってこれ迄興味が無かったものであるとしても、少なくとも世の中には様々なテーマがあり、どの分野においても多く的人が本気で勉強し、研究していることを知って頂きたいし、物事を本気で行っている人達に対して敬意をもって接して頂きたいと思います。但し、だからといって講義の結果を無条件で高く評価すべきであると言っているわけではありません。自分で理解出来る範囲で評価して下さい。

(5) もう1つの大きなプログラムであるバズセッションとフォーラムについてはいずれ詳しく説明がありますから、これもその内容の説明はしません。ただ1つだけ知っておいて頂ければ参考になるのではないかということについてお話をします。

セッションとは英和辞典で調べますと、まず「議会を開会していること」、「裁判を開廷していること」とあり、次いで「授業」などの訳が出てきます。そして、米国訳として、「特に集団活動の期間（特につらいめ、つらい経験）」ともあります。ただ、このセミナーではむしろ一定時間内での討論という様な意味で用いられていると考えてもらったら良いと思います。こうした討論では、5~10人が自分の考えを述べることになるのですが、時

間に限りがありますから、漫然と話していくればよいというものではありません。それぞれの人は、これ迄に得た人生経験の質・量も異なり、そもそも知っている言葉=語彙力も違います。こうした人たちが話し合いをする時、少なくとも何らかのルールが必要であるという考え方があります。学者の言うルールを一通り理解する為にはかなりの量の前提知識を必要としますし、私自身とても他の人に向けてそのお話を出来る状態ではありませんが、ただ、その入り口の第一歩のところはどのような討論の場合にも該当するものであると思いますので、少し触れておきます。

討論をしている間に何について話をしているのか分からなくなったり、そもそも全く話がかみ合わなかったりすることがあります。こうした事態を防ぐ為の前提として、①自己矛盾するような話し方をしてはならない、②1つの言葉をその時その時で違った意味で話してはならない、③ある言葉が指す意味は誰が使うにせよ基本的に同じであること、といったルールが守られるべきである、ということです。もしそれが守られていなければ討論の内容を共有化して話を進めていくことが難しくなることは容易に理解出来ると思います。

誰もが知っているようなルールですが、始めからこのルールを意識しながら話をするのは案外難しく、却って自由な話が出来なくなるかもしれませんから、取り敢えずはこうしたルールを殊更に意識せずに話をしても一向に構わないと思います。ただ、討論が行き詰ったときには自分でルール違反に気付くかもしれませんし、人に指摘されるかもしれません。

(6) 去年は、重い病気となった妻を助ける為に高価な薬が必要である貧乏な夫は、その薬を盗んででも妻を助けるべきか、例え妻が死ぬこととなつても盗みはすべきではないか、という例を挙げて、セッションへの対応の仕方をお話ししました。この例は倫理学の本を読むとよく出てくる例なのですが、今年は、

もっと有名な路面電車問題（トロリー問題=トロリオロジー、トロッコ問題とも言われます）に触れてみたいと思います。この問題は、フィリッパ・フットというイギリスの倫理学者が考案したもので、「暴走する路面電車の前方に5人の作業員がいる。このままいくと、電車は5人全員をひき殺してしまう（5人は何らかの理由で線路から逃げることができない）。一方、もしも電車の進行方向を変えて退避線に向ければ、そこにいる1人の人間をひき殺すだけですむ。さて、路面電車の運転手はそのまま何もせず5人の作業員に突っ込むべきか、それとも向きを変えて1人の人間をひき殺すべきか？」というものです。この問題が有名になったのは、NHKのEテレビの「ハーバード白熱教室」で、ハーバード大学のマイケル・サンデル教授が取り上げたことによります。皆さんの内でこの問題を知っているだけでなく、考えたことがある方もいるかもしれません。私は、皆さんにこの問題について今から考えてみて下さいとか、意見を発表して下さい、というつもりは全くありません。

この問題については、多くの倫理学者が意見を発表していますし、この問題を中心課題とする本も何冊か出ていますから、沢山の答えがあることも分かっています。それだけではなく、この問題については沢山の派生問題が作られています（例えば、5人の作業員のいる線路の前に跨線橋があり、その橋にはものすごく太った男がいて電車が来るのを身を乗り出して見ている。その男を後ろから突き飛ばして線路上に転落させれば、その巨体によって路面電車は停止し、太った男は死ぬが、5人の男は助かる。あなたは太った男を殺すか、それとも何もしないで成行きにまかせるか。但し、あなたは太っておらず、あなたが落ちたのでは電車は止まらないとして）。にも拘わらず、私がこの問題をここで取り上げたのは、取り敢えず自分で考えた答えがあつてもそれなりに理由のある反対の答えが

あるであろうことを知っておくことは、これから自分で考え、意見を表すときに役立つと思うからです。その程度のことは皆さんも分かっていると思っておられるとは思いますが、この問題の様に価値判断を伴う問題については、いくつでも答えが出てくるものです。

価値判断が伴う問題について話し合うとき、例えば「結局は価値観の問題だから討論しても意味はないという考え方」が出そうです。

この考え方は、それ自体が1つの価値判断であって、「『結局は、価値観の問題である』という価値観」の表出である、というジレンマを抱えることになります。従って、その考え方自体が正しいのか、という問題を持ち込むことになり、物分かりが良さそうな答えが却って問題を複雑にしています。

では、価値判断が必要な問題に対して、どの様に考えていいかよいのでしょうか。

昨年挙げたケースでは「人の物を盗むことは絶対に許されないか」ということが問題となっていました。これだけの問題であれば取り敢えず「良くない」ということになるでしょうが、人の命を奪ってよいか、という問題が加わっていますから判断が難しくなっています。今回挙げたケースは、人の命同士が対象となっています。どう考えればよいのでしょうか。

この問題は本当に難しい問題となっており、ある哲学者は「私はこの問題にはかかわらない」と言ったり、「これは道徳哲学が病んでいる兆候だ」と嘆いた哲学者もいる様で

す。

私もこの問題に関する本を読むと、自分でどの様に考えるかよりも、後から後から続く様々な考え方を半ば驚き半ば呆れて読み続けることになります。

こうした問題には当面、数学の様に1つに決まった解答は無いわけですが、ただ一方で安易に価値観の問題として片付けてしまうのはもっと好ましくないと思われます。

## 5.まとめ

私達はこのセミナーで、皆さんに必ず何か特定のもの、具体的なものを持ち帰って欲しいとは申し上げません。皆さんが地元へ帰つて、自分が考え、人と話し、働く時の何か有効なきっかけが出来たのであれば、それで十分であると思います。全く抽象的な言い方でし、未だ何も始まっていないのですから、よく理解できないかもしれません、取り敢えず3泊4日を経験して下さい。その経験の内には講義やセッション、フォーラムだけではなく、それ以外の人との交わり、そしてこの余島の自然も入ることになるでしょう。

私達ロータリーは過去に38回に亘って2,000人近くの多くのRYLA受講生-修了すればライラリアン-と接触して来たことになるのですが、今年はどのような反応があるか楽しみにしています。

以上

講義  
1

## 私の‘想像しての創造人生’

NPO日本ファミリィダンス協会 理事  
**野呂 和美 氏**



### ● 略歴

東京都生まれ。神奈川県相模原市在住。同市で、フィットネススタジオ「DANCE★ACTIVE」経営。フィットネス指導歴30年。様々なジャンルのフィットネスを指導するかたわら、特に幼児教育のキッズフィットネスにおいては、国内でのキッズフィットネス普及啓蒙活動に尽力し、多くのキッズフィットネスインストラクターを輩出している。

皆様おはようございます。

昨日は、ウェルカムパーティーから参加させていただいたので、「何かアウェイな人が一人いるな?」と思われていた方もいると思いますが、私も、アウェイな感じがあるところです。

A班の阿部さんより「セミナーがあるのだけれど、お話いただけませんか?」とご依頼を受け、「いえいえ、めっそうもございません。とんでもない」みたいな、私は時代遅れもいいところで、パワーポイントなんかを使いながら講義ができるはずもなく、超アナロガーで今時パソコンも打てず、携帯か?と思われるくらい大きな携帯で、電話もこれ一つですべて済ませています。レジュメ一つ作れず、皆様にお配りさせていただいているペラ紙は、実は阿部さんが作ってくださいました。

ここに録音マイクが置いてあるので、だんだん緊張してきました。「あなたらしく話してください。」とディーンフジオカならぬディーン米山さんがおっしゃってくださいましたので『私の想像しての創造人生』ということで、皆さん的事はまだ何一つ知らないのに、自分のことを赤裸々に話してしまう80分間、素敵なジェントルマンの先輩方に私のくだらない話を聞いていただくのも恐縮なので、どうぞくずしてお聞きになってくださいね。

はじめに、皆さん、ロータリーをよく御存じの方も、全く初めての方もいらっしゃると思います。昨日のかわいいアニメを「おー。なるほど、なるほど。」と思って拝見していました。私にとってのロータリーをお話ししますと、若かりし頃、神奈川県に住んでいた時に、スポーツクラブのオーナーさんがロータリークラブに入られていきました。その昔、エアロビクスが一世を風靡した時代があり、ハイレグのレオタードにソバージュにバンダナという装い、まさにバブリーな感じで、ロータリーの社長がそんなインストラクターだった私たちを毎年パーティーに連れて行ってくれて、金屏風の前で「ヒュー、ハー」とか言いながら、ニコニコしながら腕立てをしたり、ハイキックしたり、エアロビクスを踊った想い出があります。最後に、輪になって手を繋いで、そこのフレーズだけを覚えているのですが「ああー、ロータリアン」と歌った記憶があります。遠い記憶の片隅にご縁を感じ、今日この場に来させていただいた経緯でございます。3泊4日の中の最初の講義なのできっと皆さん期待していただいているかと思います。かなり脱線したり、最後話が全部コンフェーズしていることが多いので、順番にこれはこうという形ではなく、ずずずずずーっと80分間ご清聴いただければと思っております。

阿部さんから「コンセプトカラーはグリーン」と言われ、娘と一緒にやはりグリーンの服を買いに行きました。しかし、プログラムを見ると、前日にウェルカムパーティーがあると書いてありました。横浜のロータリーのパーティーでは、すばらしいホテルの会場という印象があったので“まさかこれはドレスコードあり？スーツにピンヒールか？”と思い、阿部さんにお聞きしました。すると「大丈夫です。ピンヒールなんかで来たら砂浜を歩けませんし、大丈夫ですよ」と連絡があり、胸をなでおろし、もっと若々しいきれいな色がよかつたんですけど、年相応のくすんだ色になってしまいましたが、まあ良しとしよう。

私はカタカナが非常に弱く、最初から“ディーン”米山さんとはなんじゃらほい？という感じでした。ロータリーのディーンさんとかライラリアンさんというのが分からず、「高松空港までお迎えに行きます。」と言われ、赤いバラとかウエルカムボードを持って、空港で待っていてくださるのかなとか、もし会えなかったらどうしようかなどとドキドキしていたら、「森さんという方がお迎えに行きますから」と写メを送ってくださいました。そこには「空港に迎えにいくのは息子のライラリアンさんです。」と書いてあって、お写真もステキなお写真でダンディだったので、外国人と思ってしまい「うわっ、外国人さんがくる。どうしよう！」と思ってしまったのです。私は想像癖がかなりあるらしく、そこから“森さんのお写真。イギリス人かな？いや息子さんが森なんぢゃら？ライラリアンさんという人？いや、奥様が外国の方？”と、いつもこんな感じで想像していて楽しいです。

高松空港に着くと、ハーフだと思っていたライラリアンさんと、素敵な日本人の男性が迎えにきてくださり、一言目に「お腹すいていませんか？」と、まずは胃袋からで、そこで「ズキン」という感じ。「良かった、羽田で何も食べないで。」と思いました。

私は、飛行機が揺れて気持ち悪くなったら困るからとか、必ず前日には1回シミュレーションをします。シミュレーションといつても、考えるのではなく、夢に見るのです。例えば、子どもの頃から、運動会の前日に、夢の中で運動会をしてしまうのです。

そんな感じで、昨日は夢でおいしいさぬきうどんをいただきて、その後カフェでハートのアートカフェラテを飲みながら、森さんの息子さんが車まで導いてくださって、夕べも私はここに立っています。何をしゃべっているのかは覚えてないのですが、「夢でみたぞ」というのは頭の片隅にはあるのです。

私にとって一生に一度の経験をさせていただきまして、森さんのベンツに乗せていただいて、「あー良かった、これで私も土産話がまた一つ。」と、高松空港からここまで私はハワイに旅行に来た気分で楽しかったです。そんな感じでここまで参らせていただきました。

私は、東京の端っこ23区外の多摩市出身です。縁も多く、ちょっと行くと高尾山があり、子どもたちがよく遠足に行きます。家は東京都の県境みたいな所で、神奈川県の相模原市という所に今在住しております。娘は東京の学校なので、半分都民のような気分で、今度の東京都知事が小池都知事、女性で、彼女のカラーがグリーンなので、宗教的・政治的なことは一切分かりませんが、ちょっとその気になって、かつこよくしゃべってみたい思います。

私は一人っ子で、プロフィールにダンスとかいていますが、きっかけは、いとこのクラッシックバレエの舞台を見に行って、「ああやってみたい。」と思ったのです。その当時踊りといえばバレエぐらいしかなく、習い始めました。いとこはすぐに辞めてしまったのですが、私は、下手の横好きで、小学2年生の時には週5回バレエ、土日もお弁当を持って行って、自分はでっきりバレリーナになれると思っていました。しかし、小学校高学年ぐらいになってくると、自分の位置というものが分かってきて、バレ

エは容姿端麗じゃなきゃダメだと気がつきました。なぜなら、バレエといえば一番ポピュラーな白鳥の湖では、4羽の白鳥を4人でそろって踊るのですが、その時ちょっとうぬぼれていって、自分が上手いぞ、なんて思っていたにもかかわらず、発表会の公演で自分より下手だと思っていた子がその4羽の中に入って、私がいただいた役がピエロの役だったのです。まあ、乙女心が傷ついたわけです。その上、なんだか変な化粧で「うわあ…」でした。自分に合った、自分にしかできない役、だったんだなと今なら思えるのですが、その当時は思えませんでした。自己評価と客観的評価は違うのだと、その時さまざまと感じました。

そこから思春期に入り、反抗して、中学になり、急に先輩の言うことは絶対だ、バレエをやっているし体が柔らかいからと器械体操部に入れられてしまったんです。私は、手が白い粉だけになって、こけると痛いし、怪我も多かったので、いやだなと思いながらやっていました。その後、更なる反抗期人生になってしまいました。Yモバイルのコマーシャルのなめ猫みたいな感じで、やんちゃな不良といいますか、ツッパリというのがあり、スカートが長くて、カバンもベッタンコにして、そういう不良の子、悪い事がかっこいいという時代でした。東京の原宿に歩行者天国と、いわゆるホコ天があったのですが、竹の子族もいましたし、ロックンローラーといって、革ジャンを着て、女の子はポップな感じで水玉のスカートの中にペチコートをはいて、日曜日の昼間に路上パフォーマンスをやっていました。踊ることが好きだったので、阿部さんが「野呂さん、竹の子族だったんですよ」なんて余計なことを言ってくれて、私の汚点がまた一つ増えてしまった感じだったんですが、ディスコやクラブの時代で、その後、東京ではジュリアナ東京のジュリ扇といってフワフワした扇が流行りましたが、土曜の夜はハローホリデーといって、竹の子専門のディスコというのがあって、オールナイトして、日曜の朝は歩行者天国に行って踊って、家に帰り、そして

何くわぬ顔をして次の日また学校に行くみたいな感じでした。

高校の時は、NHKの渋谷公会堂で歌番組の公開録画放送というのがあって、神田沙也加さんのお母さんの松田聖子さんとか、親衛隊がいて「聖子ちゃん！」とハチマキをして、今でいうAKBのファンの人たちがオタ芸を踊るようなかんじで、応援をしていたのですが、たくさんのファンの応援が必要というので、無料で入れてもらっていました。学校は都内だったので、紙袋に私服を入れていって、こそっとトイレで着替え、帰るときはまた制服に着替えて家に帰るみたいな、私も母になり、今思うとよくない子だったなと思うのですが、そんな私でも人生なんとかこうやって生きてこられているし、いろんな想像をしながら、またそこから生きています。

昨日夜に集まった部屋で漢字の凸凹の話が出たのですが「凸凹にも書き順があるらしいよ。」と聞きました。また、うちの娘の学級通信が「凸凹」というタイトルなのです。「凸凹でいいんだよ。」と思ってくださっているのだと思いますが、公立の教育はできるだけ平らで、皆と同じにという方がいいのかなと私も思って、とかく娘にはついついそれを強要してしまうのですが、よく考えたら私の人生はまさに凸凹だな、自分はそうじゃなかったなと思って、そこが私はずるいなと思います。

自分の凸凹人生の一つの宝物になるなと感じて、今日ここに来させていただきましたが、全然知らないところから仲間ができて、深い所でつながりができて、それでいていい距離感があって、全部をさらけだしたとしても、その後なんのしがらみもなく、何かの時につながっていけたら、そういうつながりも生きていく中で大切ですし、うらやましいなと思いました。今度は私も最高年齢更新！で受講生側に座りたくなってきました。

「阿部さんとなぜ知り合いなのですか？」と

たくさんの方に聞かれたのですが、阿部さんとはフィットネスといってダンスを通じて知り合いました。

エアロビクスとは、直訳すると有酸素運動で、そもそも米軍の兵士の強化トレーニングで、心肺呼吸器系機能を向上させるためのトレーニングとして考案されたそうですが、アメリカの女優のジェーン・フォンダさんがセクシーな感じにダンサブルにもついたところ、メディアの力もあって、人気に火がつきました。ただ、セクシール線で入ったものですから、怪我をする人が続出だったそうで、フィットネス協会が、安全で効果的なエアロビクスを考案しようということで、「何かガイドラインを作りましょう。」と立ち上がった、そのフィットネス協会のメンバー全国各地から集められ、東京などで研修会があり、阿部さんも、私もメンバーとして集められ、それが出会いでした。

各カテゴリーの部門、様々なプログラムがあり、シニア向け、アクアビクスといって水の中のプログラム、私と阿部さんは子ども向けのキッズフィットネスというカテゴリー部門で一緒にさせていただいて、阿部さんが東京に来た時には家に泊まっていたり、いろんな繋がりがあり、彼女とも今回は久しぶりにお会いしたのですが、それぞれ違った環境のなかで生きても、昔の繋がりって、すぐ距離感が縮まり、同じものを見てきている、繋がれる嬉しさというのが感じられて、この先もずっと繋がっていけたらと思います。だから、阿部さんを大事にしようと思います。

皆さんのこの3泊4日の中での繋がりに、私もひしひしと羨ましさを感じています。昨日、お世話になり一緒にさせていただいた方々ともずっとこの先も何かで繋がっていけたら嬉しいなと思います。

私が最初に始めたのはクラシックバレエでしたが、そこで4羽の白鳥からはずれてピエロになったからこそ、自分はこの先バレエを職業にしていくのは絶対無理なことだと分かりました。まして日本で、バレエ団で活躍できるとい

うのは非常に少ないですし、そんなこともあってフィットネスの方にシフトチェンジしていきました。バレエがそこまで上手くないなら、せっかくなのでいやいやだけど器械体操をやろうかなと思いやってみたり、今思うと全部、挫折からプラスへの新しい想像ができていったのだなと、だからこそ、その挫折にも感謝しなければなと思います。

運動をはじめた時に教えて頂いたのですが、運動というのは運という漢字と動という漢字で、運を動かすと書きます。“気持ちがないけどとりあえず動いてみれば気持ちがついてくる”のか、“気持ちがあるからあまり動きたくないけど動いてみよう”となるのか、今日皆さんここにいらっしゃるということは、止まっていては来られないし、ベッドに寝たまま無理やりつれてこられたわけでもないですし、自分の足で動いて、まさに運動していらっしゃったわけです。私はこれだけで一步運が開けていると思うのです。私もここに来させていただいて、一步踏み出して運動したからこそ、おいしいどんどんをごちそうになれて、素晴らしいベンツに乗せていただき、皆さんとも出会えた、それも全部運動したおかげかなと思っています。寝ていた方が楽かもしれません、思想する時間も、ほーっとしているようで動かしている。運動ってすごく大事だなと思います。

皆さん「運動というのは運を動かす」ということだけでも、何かの時に、辛くなった時にでも思い出していただければ幸いかなと思います。

やって失敗した後悔は正直たくさんあります。「あーあ、あんなの買わなきゃよかったな。」とか、皆さんもあると思います。でも、やらなかつたことをずっと「あの時やれば良かった」と後悔する。やって成功するかどうかは分からなければ、成功するか失敗するかも分からぬことをずっと後悔するより、「成功しなかつたけど次の“そぞう”を作っていくばいい

や。」という動いた失敗ならば、私はやった後悔の方がまだいいかなと思っています。

今も後悔の連続ですが、でもそれは、ここまで自分が生きてきたからこそ、今そう思うのであって、やっぱり後悔はしていないかなって、これが私の人生かなと思います。

主人と出会ったのは私が高校生の時で、主人はかなり上でした。たまたまフードコートでバイトをしていて、そこで他店のお店にいた人と、皆で集まって「明日、海に行こう」というので、バイト先の人や他店の人と一緒に行きました。大人なので、当然免許も車も持っていました、乗せて行ってもらいました。プレゼントもいただきました。その当時は、だまって俺についてこいみたいのがかったいい、しかも、サーファーでかっこよかったです。同じ年の人とつきあうより、こんなにも世界が広がるぞ、と思っていました。ちょっと大人びたことをするのが楽しくて、嬉しくて、ワクワクする年頃だったのでつきあいました。

主人はサーファーだと思っていたら、実は魚屋さんの男ばかりの4人兄弟の次男で、サーフショップで働いていたのは実はバイトで、家業を継ぐ、継がないでもめまして、結局はうちの主人が継いだのですが、ハイレグのエアロビ姉

ちゃんをやりながら、魚屋を手伝いました。エプロンをして長靴をはいて、やったことのない世界ですし、お母さんも女の子を育てたこともないし、長男の嫁の悪口はがんがんくるし、私はどうしたらいいのという世界でした。魚屋さんは父さんの代でおわりになって、それぞれが違う職業をしています。

最初の子どもは、もう28歳になりますが、下の娘と16歳離れています。最初の子どもが生まれた時はまだ若かったですから、3歳くらいあけて、もう一人子どもが欲しいと思っていたのですが、3年、4年、5年と過ぎ、5年ぐらいたった時から不妊治療を始めました。私は子どもが本当に大好きで、あらゆる手段をつくして、途中休憩したのもいれて、10年くらい治療していました。そして、やっと授かった娘はクリスマスイブに生まれ、私にとって最高の宝物で、こうやって産ませていただけたことに感謝しています。

皆さんも、命を授かって生まれてきて、今日ここにいらっしゃるのだと思います。だから、自分の居場所をつくって、充実して過ごしている姿をみると、親御さんも、産んで良かったなと思われると思います。

私は子どもが大好きなので、フィットネスで子どものカテゴリーを受け持っていました。ロ



ータリークラブの社長さんのスポーツクラブや、フリーのインストラクターとして、いろんな企業のスポーツクラブや、YMCAの空いている教室を使って、エアロビクスの講座があり、講師としていかせていただいていました。なので、今日はYMCAの施設に泊めていただくということで、ご縁を感じ、ここで自然に知り合うことができるというのも、本当に楽しいなと思っています。

フィットネス協会を続けていましたが、時代の流れで、合併したり、縮小したり、業務提携をしたり、時代の変化の中で、ロータリークラブの社長さんのスポーツクラブも経営体制が変わることもあり、ダンスアクティブというフリーのインストラクターのネットワークみたいなものを作りました。派遣業といえば派遣業ですが、同じ志を持つフリーのインストラクターの労働組合のようなものを作り、いろいろなスポーツクラブやダンススタジオなどで、同じ仲間と一緒に仕事をしていましたが、メインだったスポーツクラブも閉鎖することになってしまい、困ったぞということで、12年前に小さいマンションの1階にテナントをお借りしてダンスアクティブというフィットネススタジオを始めました。

このスタジオを開いた時は、不妊治療をしてやっと子どもを授かった時だったのです。ですから、スタジオの誕生日と娘の誕生の年が一緒で、今年で12年になります。スタジオを11月23日にオープンして、1か月後の12月24日に出産しました。強硬手段で、確かに大変でしたが、幸いなんとかオープンも、出産もできました。

今だから言うと、私はスタジオをやるつもりはなく、「念願叶って子どもが産まれる時に、スタジオをオープンするってどうよ。」と思っていたのですが、いろいろ想像して、発想の転換で、自分のスタジオだったら子どもを連れていけるなどと考え、案の定連れていかせていただきました。

スタジオは9割女性で、キッズのクラスも

女の子が多く、私にも娘がいるので信頼も得られ、私も同じ目線で見ることができたので、今思えば良かったのかなと思います。ダンスアクティブをつくっていたがために、スタジオを始めることになってしまった、それはそれで後悔なく自分の歴史の中では良かったと思っています。

娘も動くことがすごく好きな子で、私と同じように2歳からバレエを始めましたが、これがまたへたくそなのです。生徒さんであれば「上手ね」と教えられるのに、我が子となると、こりやだめ。他のお母さまから「先生のお子さんが羨ましい」と言われますが、「人とは比べませんよ」なんて言いながら「〇〇ちゃんはできてたのに、先生の子なのに恥ずかしいでしょ」などと言ってしまいます。親ってそんなもんかなと思います。

バレエ仲間の先生に、ミュージカル学科卒業の先生がいて、娘は歌が好きなので、その先生に歌もみていただいて、スカウトされ、5歳の時からその世界に入ってしまいました。

しかし、娘のことをフォローしながら自分が仕事をするのが非常に大変になりました。なぜなら、売れっ子でもない限り、急に、今日、明日、来てくれと言われるので。

自分のクラスがある時は休校、もしくは代行で他の先生にやってもらわなければならなくなり、その度に迷惑をかけてしまうので、究極の選択でしたが、10年間不妊治療をしてやっと授かった娘ですし、私がサポートしないとできないなかと意を決し、自分の現役のクラスを引退しました。

娘にいたからといって、何の世界でもそうですけど、絶対なんてありえない、まして、ヨーイドンでタイムを競ってとか、明確に優劣が出る世界ではなく、本当に不思議な世界で、特にビックリしたのは、大人より上手くない子がいい、子どもが上手過ぎると目を引くので、そこそこの子でいいという時もあり、せっかく受かったのに外されたり、努力が必ず報われるわけでもなく、何を努力していいのか分かりかね

る世界であったりもします。どこに人気があるのか分からぬ人もいます。本当に運と縁とタイミングが大切で、正に旬な芸能界は本当に水物で、はやい世界だと思いました。

サラリーマンだったら、会社がある限り、大失敗をしたり、よほどのことがない限り居場所がある。でも舞台は、その舞台が終わるともう仕事はないのです。

大河に出られていた人が、「大河はクールが長いので雇用期間が長いから助かります。」とおっしゃっていました。まさにそういう所、保障のない世界なので明日仕事がない。だからこそ、与えていただいた仕事はしっかりコツコツとしっかりこなしていけば次に繋がっていくこと、ぼきっと折れてしまわないよう、「すすきのように生きていこうね」と、まだ6年生ですが、順応性を持ってアウェイな感じでいくのが一番かなと、娘と私は思っています。

仕事を続けるのも、オファーを頂くのも大変で、オーディションを受け、一次書類選考、二次実技があって、三次、四次と、何千人の応募の中から、なれるのはたった2人とか。

娘は毎年ミュージカルアニーのオーディションを受けていたのですが、学習塾のようなアニメ塾があります。今年のアニーは一緒にやっているお友達だったりして、もちろん才能の上の努力ですが、何かしらレッスンを積んできて、やり続けないとチャンスはこないということを、娘を通じて感じました。失敗は、そこでやめてしまうから失敗なのであって、続けていけばいつかまたチャンスがくる時があると思って、続けていこう！と娘とがんばっています。

以前ダイソンのCMに出させていただいたり、くまのがっこうのミュージカルでは、主役のジャッキー役をさせていただいたことがあります。でも、そこで主役ができたからといって、次も主役ができるわけではなくて、またオーディションからはじまる、そういう世界です。

今取り組んでいる夢は、昨年出会ったプロデューサーさんにフィットネスのことをかわ

れ、ファミリーダンスというのをやっていました。以前、娘が所属していた東宝ジュニアが昨年3月になくなってしまい、違う事務所にと考えていた時に出会いました。ファミリーダンスの普及のために、小学生から高校生のアイドルユニットを作ろうということになりました。

そのプロデューサーは、宇多田ヒカルさんのお母さまの藤圭子さんとかテレサテンさんをプロデュースしていた、昔ながらのレコード会社のブレーンと繋がりがあり、コロムビアから、アースエンジェルというユニットで昨年メジャーデビューさせていただきました。

「年下の男の子」とか「真っ赤な太陽」とか「恋のバカンス」とか「YMCA」という昔ヒットした曲は、年配の方がご存じで、今の人たちはかっこいいE-girlsみたいなダンスが好き、じゃあ、そういう人たちをうまく融合できないかと。曲に馴染みがあるかたには歌を歌ったり、手拍子をしていただいたら、子どもたちにはダンスをということで、かっこいい振り付けで3曲ダンスバージョンにしたものを作り出し、毎週土日にいろんな場所でステージに立たせてもらっていますが、最初11人いたメンバーが6人になり、今は2人になってしまいました。やめたメンバーの中には、「CDを出すと言つておきながら、絶対に出ないと思う」と言った人もいます。結果としてCDは出ました。でも、ステージに誰もお客様がこなかった。知名度がないので、最初からお客様がたくさんいる中で歌ったり踊ったりできるわけでもないので

す。

ミュージカルの主役をやらせていただいた時には、最後拍手の中、花道を歩いてお客様にご挨拶できる。それを経験している娘が、果たして1人、2人のお客様の前で歌ったり、踊ったりできるかどうかというと、案の定「なんでこんなところでやらなきゃいけないの」って。でも、歌ったり踊ったりすることが好き、いろいろ考えて、ミュージカル、演目それだけをやっていくのもいいけれど、それより最終的にやり続けたいと。

立ち上げの時期というのはすごく踏ん張りどころで大変じゃないですか。0のところから創るというのは、途中で自分を見失ってしまったり、これで本当に大丈夫かなと思われるときがある、私も未だにこの大はらふきのプロデューサーで大丈夫かなと思う時があります。

今乃木坂46の生田絵梨花ちゃんが東京の帝国劇場で最もハイレベルなミュージカルといわれているレ・ミゼラブルに出ています。高畑充希さんもミュージカルも映像もやっていらっしゃる。アイドルが最終目標ではなく、自分の中でこういう道を歩みたいと、アイドルも実はきっちりやっています。

今度やっと雑誌のJSガールに取り上げていただいた、メディアの力を借りて、無名なアースエンジェルから、今3人なのでトゥインクルしていくらしいのですが、そこで「どーぞ」と言われても「誰?」と、皆さん知らないじゃないですか。ネームバリューはすごく大事で、知つてもらうためには何をしなければいけないか。いろんな種まきをしていかなければいけないし、そのタイミングも大切で、ちっとも進んでいないようでも、自分の目標としている着地点にどう到着するかは、やり方、何かのご縁、運や実力がかみあって着地点に着くのだなと私も

最近感じます。このファミリーダンスを、私が今までやってきたことを生かしながら、娘に繋げていって、成功するかしないかは分かりませんが、広げられたらいいかなと思って、今踏ん張っています。

「ファミリーダンス大丈夫かな。」「アースエンジェル大丈夫かな。」「夏公演の舞台のオーディションを受けて、もし受けられれば、それだけで良かったんじゃないのかな。」「果たして私のことにからめてやってしまってよかったのかな。」と自問自答する時もあるのですが、これでやり始めたし、やってみようということでがんばってやっています。自分の居場所をつくつていけたらいいなと思っています。

もしどこかでアースエンジェル、アースエンジェルトゥインクルと耳にしたら、あの時来た人が、何か一生懸命凸凹しながらやっていることが今あるんだって、それが想像であって創造なんだって、というのをちょっとでも覚えておいていただけたら嬉しいです。

がんばって娘とともに、プロデューサー（悪徳かどうかは分かりませんけど）と一緒に、広めていければいいなと思って、私の想像と想像する創造で結ばせていただきたいと思います。

講義  
2

## 「神山プロジェクト」 ～創造的過疎から考える地方創生～

特定非営利活動法人グリーンバレー理事長  
**大南 信也 氏**



### ● 略歴

1953年徳島県神山町生まれ。米国スタンフォード大学院修了。1996年ころより「国際芸術家村づくり」に着手。町営施設の指定管理や、町移住交流支援センターの受託運営など複合的、複層的な地域づくりを推進。現在、多様性あふれる人が集う創造地域『せかいのかみやまづくり』を目指し活動中。

### 1. はじめに

徳島県神山町は、吉野川の支流、鮎喰川の畔に広がる山あいの町で、町面積の83%が山林。徳島市から車で40分ほどの距離に位置している。1955年に隣接する5つの村が合併して誕生。当時の人口は約21,000人であったが、高度経済成長期以降若者の流出が続いたため現在の人口は5,300人まで減少し、高齢化率は47%となっている。江戸時代は阿波人形浄瑠璃が盛んに上演されるなど芸能の盛んな町で、戦後は杉や檜など林業で栄えた時期もあったが、木材の価格低迷により基幹産業の林業は衰退し、現在はスダチやウメを主産物とする典型的な過疎の

町である。

### 2. 神山町で起こった“二つの異変”

このまちで最近起こった二つの異変に全国から注目が集まっている。

その1つ目は、2011年度の社会動態人口（転入者 - 転出者）が増加したことである。その後、同数値は減少しているが、かつて100人近く減少していたことに比べ数値は大幅に緩和している。

また、神山町の特徴として、転入者の平均年齢が30歳前後である点が挙げられる。転入者の年齢層が非常に若いため、多少人口が減少して



もまちの活力は失われていない。

2つ目の異変は、2010年以降、ITベンチャー企業、映像、デザイン会社など計16社が、神山町にサテライトオフィスを設置したり、新会社を設立したりしていることである。これらの企業によって、空き家として放置されていた古民家が続々とオフィスに姿を変えている。



さらには、大手IT企業の社員研修で神山町が活用され、社員が短期滞在することもしばしばある。

これらの異変は、神山町で移住交流支援センターや職業訓練事業などの運営を行う特定非営利活動法人グリーンバレーが中心となって実践する「創造的過疎」の姿として生まれたものである。

### 3. 創造的過疎の考え方

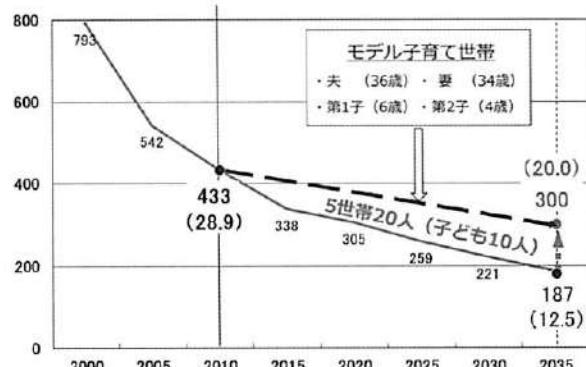
創造的過疎とは、人口減少の内容に注目した考え方である。

神山町のような中山間地域に若者やクリエイティブな人材を誘致することで、人口構成の健全化を図る。その結果として、地域での多様な働き方を実現し、農林業だけに頼らないバランスのとれた持続可能な地域を作るという考え方が、創造的過疎である。

創造的過疎において大切なことは、過疎化の現状を受け入れることである。人口減少を与件として捉え、数ではなく人口の内容を改善していくこうというものである。将来の人口を予測し、明確になった将来の人口から、理想とする人口モデルに向けて逆算して対応していくことで、創造的過疎を実現できる。

そこで、グリーンバレーでは2007年に、2005年に実施された国勢調査のデータをもとに年少人口（0～14歳）に注目した神山町の人口モデルを作った。まず、年少人口を15で割り、1学年当たりの人口を算出した。その結果、このままの人口減少が続いた場合の1学年当たりの人口は、2010年の28.9人から2035年には12.5人に減少することが判明した。

創造的過疎による神山町の年少人口モデル



※「国勢調査」及び「徳島政策マーケット」による試算

これに対し、人口が減少する中でも2035年に1学年20人となるモデルを想定し、毎年何組の家族が移住してくることが必要か試算した。モデル世帯として、夫婦と子ども2人の4人家族が移住する内容で試算した結果、毎年5世帯20人の移住が必要であると試算できた。

このように創造的過疎実現のための数値目標が明確になることで、やるべき取り組みや対策が見えてくるのである。

### 4. 神山プロジェクト

神山プロジェクトとは、神山町で創造的過疎を実現するためにグリーンバレーが中心となって行っている取組である。

2007年10月、移住のワンストップサービスを提供するために「神山町移住交流支援センター」が設置された。このセンターの運営は、以前から芸術によるまちづくりの一環としてアーティストの移住支援で実績のあるグリーンバレーに、神山町から委託されることとなった。

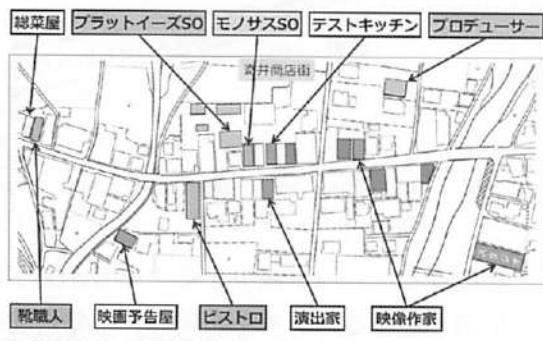
これにより、地域づくりに取り組むグリーン

バレーに移住希望者の情報が集まることになった。加えて、移住希望者登録用紙を工夫し、移住希望者の夢、志、今までの仕事、神山での生活設計、ビジョンの情報を得られる内容とした。

こうした移住希望者の情報を生かし、地域にとって必要な仕事を持った人に、地域の空き家に移住してもらうことを始めた。これがワークインレジデンスである。

ワークインレジデンスの例としては、ある空き家にパン屋さん誘致することを決定。ネット経由で神山町に移住を希望するパン職人を公募し、地域にパン屋を作ったものなどがある。

#### ワークインレジデンスを商店街で展開



町のデザインが可能になり、新たな人の流れ・循環を生む

さらに、ワークインレジデンスの手法を商店街の空き店舗に活用することで、地域の人が作りたい商店街を実現することができる。つまり、町のデザインが可能なのではないかと考えるに至った。

そこで、商店街の空き店舗をグリーンバレーが借り、内装などを改装してグラフィックデザイナー、カメラマン、映像作家などのクリエイターのオフィスを誘致することを目指した。

こうした取組の中から人と人が繋がり、生まれたのがサテライトオフィスである。きっかけは、空き店舗の改装に携わった建築家を通じて、東京に本社を置くITベンチャー企業の社長が神山町に足を運んだことである。この社長は、訪問した際にサテライトオフィスを神山町に置くことを即決した。この決断から20日程度で当該企業の社員3名が神山町のオフィスで仕事を始めた。



その後、豊かな自然の中で、東京の本社とテレビ会議を通じて仕事をする様子が、テレビ番組で紹介されたことも影響し、ITベンチャー企業の神山町への流入は途絶えることなく現在も続いている。

そして現在、東京の本社の人間が神山町に移住する例や、開発拠点を神山町に置き新たな求人を行う企業も現れている。その中には、最新の高画質映像の保存事業を行う企業もあり、古民家を改修しオフィスとして使用している。ここでは、現在20数名のエンジニアが働いている。一方グリーンバレーでは、地域の後継人材育成を目的として、職業訓練事業「神山塾」の運営も行っている。神山町で6ヵ月間の訓練を受けるこの事業に参加する人は、「独身女性」「20代後半～30代前半」で、東京及びその周辺出身のクリエイターが圧倒的に多い。デザインや編集ができる人、カメラワークが上手な人たちが集まって来ている。



2010年12月にスタートしたこの取組から、これまでに130名が巣立ち、その内約4割の人が神山町に移住している。移住者の中には、サテライトオフィスで採用される人、空き店舗で起

業する人がいる。

加えて、ここから10組以上のカップルも誕生し、結果として婚活の場にもなっている。

以上を踏まえ、日本が抱える課題である若者の雇用と少子化に関する答えが神山塾にあるのではないかと、注目を集めている。

## 5. 地域内経済循環による地方創生

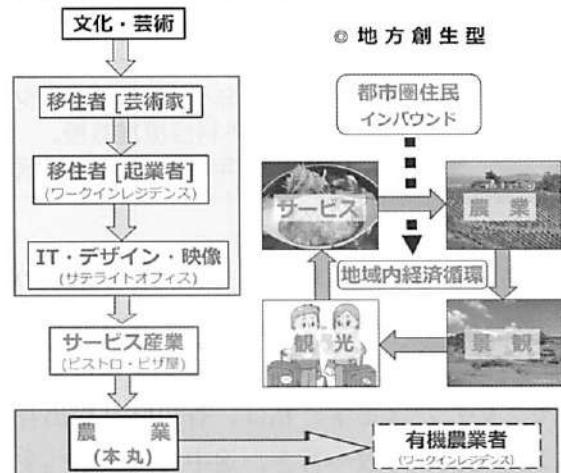
ワークインレジデンスの実践や神山塾を通じた人材育成を通じて、数年前まで空き家であった店舗に、オフィス、映像作家や演出家などのクリエイターが集積し、神山町にしかない商店街が生まれようとしている。移住者や地域住民の要望により、新しい商店も開店した。その例が、2013年から翌年にかけて開店したフレンチピストロやピザ店などある。

フレンチピストロでは、地元のパン屋で焼いた有機小麦と天然酵母を使用したパン、移住したデザイナー経由で仕入れる有機栽培のコーヒー、地元の有機栽培野菜などを提供している。また、ピザ店では、有機栽培小麦を使ったピザを提供している。

さて、これまでの大きな流れをまとめてみると、1999年に芸術家が神山町内に2ヶ月半程度住みながら作品を制作する神山アーティスト・イン・レジデンスをスタートさせた。すると、その2、3年後から招待した芸術家中から毎年一人くらいの割合で移住が始まった。次に2008年から、ワークインレジデンスで力を持った起業者を集めていると、2010年からは移住者だけでなく、ITベンチャー企業やデザイン、映像の会社がサテライトオフィスを置き始めた。これらの新たな人の流れが生まれたことによって、これまで神山町で成立し得なかったものを成立させた。ピストロやピザ店、ビジネス客用の宿泊施設が開業し、お客様を集めるようになった。言い換えれば、サービス業が興った。これらサービス業では農産物が使われるので、現在はその影響が中山間や地方の本丸の農業に及び始めている。このように地域内に人の流れ

ができることで、サービス業が生まれ、地域を巡る需要の環が生まれている。このような小さな経済が回る仕組みを少しずつ大きく成長させていくとともに、この循環の中に、観光等を通じた域外からの収入を取り込むことで、神山町のような過疎の町が生き残ることができるのではないかと考えている。

## 地域内経済循環による地方創生「神山モデル」



## 6. 今後の展望

2015年12月25日、神山町は、すべての都道府県と市区町村が国から作成を求められた人口減少対策の5ヵ年計画「地方版総合戦略」の策定を終えた。多くの自治体は国が地方連携のひな型として示す「産官学金労言」の関係者を委員に選んだが、神山町は町長や役場職員、民間専門家8名からなるコアチームと、町の次世代を担う若手の町職員や移住者を含む住民ら約30名によるワーキンググループを結成した。15回以上の勉強会や会議を重ねる中で、町の戦略「まちを将来世代につなぐプロジェクト」が策定された。そして、戦略を柔軟な発想や手法で実現していく組織として、神山町とグリーンバレーを社員とする一般社団法人神山つなぐ公社を設立。役職員は10人で、町役場からも2人が出向している。これら前例のない精力的な取り組みを実現することによって、今後世界的な課題になる高齢化、少子化の課題解決モデルがこの神山町から生まれるのではないかと考えている。

# 「日本の医療におけるunmet needs (アンメットニーズ) 日本初 足の総合病院」

下北沢病院 病院長

菊池 守 氏



## ● 略歴

平成6年 香川県立高松高校卒業。平成12年 大阪大学医学部医学科卒業。  
平成19年 大阪大学医学部形成外科助教、平成23年 ベルギーゲント大学形成外科、  
平成24年 米国ジョージタウン大学創傷治癒センターを経て平成25年 佐賀大学医学  
部形成外科診療准教授。  
平成28年 日本初の足の病院、下北沢病院を開設。

皆さんよろしくお願いします。私は東京の下北沢という場所に新しく出来た下北沢病院という足の総合病院から来ました。まず自己紹介をさせていただきます。私は、香川県高松出身から大学受験で大阪へ行き、途中香川大学へ少しだけ赴任した後に、3年間九州の佐賀大学に赴任しました。私の専門は形成外科という科で(皆さんあまりご存じないと思いますが)その中で「足」という臓器にすごく興味を持つようになりました。そして昨年の5月から下北沢病院に病院長として行くことになりました。まさに今立ち上げから1年というところで、毎日苦労しているのですけれど、先程の神山プロジェクトの話を聞いて「ああ、こうやって頑張っていけばいいんだ。」と。「色々な苦労があってもやっていけるんだ。」と、ちょっと光が見えた気がします。

皆さんには「菊池」という名前もなかなか覚えにくいと思うので、自己紹介では「足を守る、健康を守る、菊池守です。」と言っています。とりあえず「守」だけでも覚えてもらおうということです。(笑)。

日本語にはたくさん足に関わる言葉があります。「揚げ足を取る」「足を引っぱる」「足下にも及ばない」とか「足を運ぶ」などがありますが、「足」というものに対して今日は色々なお話をしていくと共に、皆様にこの日本初の足の

総合病院で何をしようとしているのかをお話したいと思います。

まず、「人間の健康を支えるものは何ですか?」と聞かれたら、皆さん何と答えますか?食事とか、笑いとか色々なイメージがあると思いますけれど、僕は「足」だと思います。人間の一番下にありますから当然文字通り「足」、体を支えているのが「足」ということになります。でも健康のためには運動をしましょうと、運動をするためには歩きましょうとよく言いますが、歩かなければならないけれど歩けない人がいる。それは寝たきりとかではなく、もっともっと手前の段階にいるわけです。例えば、巻き爪とか靴擦れとかでもちょっと歩きにくいとか、足がちょっと痛いとか、捻挫したとか、それだけでも歩けないですよね。実は健康というものは本当に足が支えているという面があると思います。

面白いことが書かれている本がありまして、人の足の特徴とは何かということについても述べてありました。二足歩行をするのは人だけと言われています。色々な足があるんですね。オランウータン、クマ、ウマ、ゾウなどがありますけれど、全部足の形が違います。けれど、人間はそれらとも特に違いがあります。何が違うかと言うと、やはり二足歩行するところが違うといっていいんじゃないでしょうか。これは

1970年代に見つかった遺跡の写真なのですが、左側に化石の骨格があって、これは骨格上直立二足歩行をすることが分かっている。だいたい300万年前から二足歩行をしているんだということが分かっているんですね。こちらのタンザニアの遺跡を見ても足跡がちゃんと残っています。これは明らかに二足歩行をしている足跡があるんですけど、何と頭蓋はチンパンジー並なのです。だから、頭が良くなつて立ったのか、立ったから頭が良くなつたのか、人間どっちが先なのかというのは実はよく分かっていません。足と手には大きく違いがあります。手というのは親指が合わさりますよね。物を握れるようになっている。これを「対向」と言いますが、この機能によって物をグッと握れるのです。実は人間以外の動物は足でも握れます、人間の足の場合には対向機能が無くなつてしまつて歩行機能のみが残っています。これはある意味退化ですよね。機能を失っているわけです。さらにはサルなどは、木に掴まるために足首が内側にグッと向いて木に掴まることが出来るのですが、人間の足というのはそれができなくなっています。足の可動域が狭くなつていて真っ直ぐにしかならないのです。これもある意味退化でもあるし、進化でもある。なので、元々の四足歩行であった動物が、立てるようになつて、重心が高くなり、しかも不安定になつたわけです。しかし同時に不安定にはなるけれど、その分手が動けるようになつていて。これが「足」をもつ人間の1つの特徴です。

足というのは凄い臓器です。皆さん毎日歩いても痛くないじゃないですか。万歩計付けて歩きますよね。8,000歩、10,000歩歩いても痛くない。でも靴の中に石が入るとものすごく痛いでしょ？ 不思議じゃないですか？ 繊細なのにすごく強靭な臓器ですよね。要するに体を支えて、走る時の衝撃を吸収して、しかも凸凹の道でもちゃんとそれに適応して、しかも体を前に進めるというすばらしい機能を持っていますね。

足というのはこの小さい中に沢山入っています

す。骨が26個、関節38個、靭帯107個、さらに筋肉が32個ついています。こんなに小さい中に、こんなにコンパクトに納まって、しかもすごく皮膚が薄い。足背といつて足の背側、甲側とかすごく薄い。だけど、これが全部合わさつて足という機能をもっています。さらにロックアーファンクション、ロッカーとは「ゆりかご」という意味です。最初は、かかとを地面に付きます。かかとを軸に「ヒールロッカー」といつて体が前に来る。体が真上に来たら今度は足首を中心に「アンクルロッカー」で体重と膝をグッと前に入れます。最後に母趾球、いわゆる親指の付け根の所を軸に最後かかとを上げていく。これを順々に繰り返しながら、すごくスムーズな動きをしながら足というものは移動していくんですね。これは人間にしかできない動きです。しかも足というのは、「アーチ構造」といつて、アーチみたいに骨が合わさつて、体重をクッションとして支えるという機能をもっていますし、さらには最後に蹴り出す時の強さを、足の構造だけでもついている。ものすごく良くできているんですね。この足を使って皆さん動いているわけです。例えば、皆さん今回だいたい20～38歳ぐらいですね。ランニングしたり、スポーツしてもそうそう足が痛くなることはないと思いますが、さらに激しくランニングしたりするとかかとが痛い、アキレス腱が痛くなつて、それが足の障害に繋がつてくることがあります。これは、せっかく健康のために走るのに痛くなるのに、その行為によって痛くなるから逆に走れなくなるみたいな、すごく矛盾したことが起こります。でも使わないといけない。足首、かかと、つま先、足の色んな部位に悩みをもつ人は驚く程多いです。例えば、タコや魚の目ができたら痛いけどどうしたらいいかなあと、外反母趾の方とか、靴を履いたら痛いとかもよくあります。女性の方は特にあると思います。男性の方はよく分からぬと思いますが、女性の方ってヒールを履いたら本当に足が痛いですね。よく「足が痛～い」とか「休みたい」みたいなことを言つたら、皆さんはカフェ

に行ってちょっと休ましてあげて、絆創膏を貼ってあげて…という優しい男子もいれば、構わず自分勝手に歩いて後で女の子が機嫌悪くなつたけど理由が分からぬ男子もいると思います。痛いらしいので覚えていてください。歳をとると足がむくむとか、指の色が悪いとかそういうのも出でます。なので、さっきも出ました足が健康の基盤なのですが、やっぱり高齢化対策というのは結構足の医療と絡んでくるんですね。さっきも言ったように足がむくむから、足が痛いから歩かなくなる方、寝たきりとか後はそれによって外に出なくなるからどんどん引きこもって認知になつたりという意味で、実はフットケアであつたり足の医療というのは高齢化対策に繋がっています。最近「フレイル」という言葉もありますが、あんまり聞き覚えがないですね。もし、介護系であつたり医療系、これからビジネスで関わる方があれば、最近流行りの言葉なので覚えていてほしいのですが、「フレイル」という言葉があります。「健康なのと病気の状態の間」が「フレイル」なんですね。「フレイル」というのは、特徴としては良い方にも悪い方にも動きます。今、日本の厚労省の方向性としては、「フレイル」の段階で健康に戻してあげようと。病気になつたら医療費がかかるから予防的に「フレイル」の段階で止めてあげようというのが日本の流れです。例えば介護予防に関しても、最初は何となく足が痛いという辺りから歩行意欲が低下し筋力が落ち、口コモだのフレイルだのになって最終的にはそこで寝込み病気になる。ここを何とか途中で止めてあげましょうということです。本当の病気とはこちらのスライドのような足です。一番左の足、何となく色が悪いなというのを放つて置いたら、色が真っ黒になつてしまつた。これ結構いるんです。うちにも毎週こんな患者さんが来ています。胸の心筋梗塞ってありますよね。血管が詰まって苦しくなる。皆さんには関係ないと思いますが、高齢者の方だったら狭心症、心筋梗塞になる方が多いのですが、足の血管も当然詰まります。心臓から足ま

で長いですから、この間のどこかの血管が詰まれば、足の血管が詰まって心筋梗塞になる。ただこれは、最初は足がちょっと冷たいだとか、何か痺れるくらいがだんだんこういうことになつてしまつ。これは最も重症な足のトラブルです。

全世界では糖尿病によって20秒に1本足が切られていると言われています。昔よく言いましたよね。地雷で30秒に1本足が切られているという話。それより今は全世界的にはもっともつと多い足の病気。日本でも、皆さんご存じないかもしれません、村田英雄という昔いらっしゃった歌手の方は、最終的に太ももで足が切れてしまつています。重症化し足切断という人は年間に1万人以上いるんですね。さらに今後は高齢化、糖尿病が増えていくと、どんどんこういう病気が増えていくと言われています。ただ、こんな軽いものから重症のものまでたくさんあるんですけども、様々なトラブルに関してどこのかに行けば良いのか、どこの病院に行けば良いのかと、皆さん思いつきますか？ちょっと足の色が悪いと思ったら何科に行きますか？内科？外科？整形？皮膚科？分からぬと思います。例えば、足というものを考えていくと、骨や腱、筋肉だったら何となく整形かな。動脈や静脈だったら血管外科かなとか、皮膚や爪だったら皮膚科とか形成、糖尿病がある人は糖尿病の先生に相談するかな等があると思います。でも、どの病気がどの科かよく分からぬと思います。なので、例えば頭だったら脳外科だよねとか、目だったら眼科だよねとか、歯だったら歯科だよねとか、だいたい臓器でみんなイメージが付くと思いますが、では「足」とは何科かというと、実はその科がないんです。「足科」がないんです。トータルに足が困つたらここに行こうという「足病科」というものが必要だというのはみんな思っていました。ただ、「足病科」といきなり言われても、「この人何を言つてゐるの？」と思われます。「足病科」というのは無いのですが、ただアメリカには「足病医」という人が実はいます。「足病科」「足病院」「足

「病医」というのがあるんですね。これは何かといふと、アメリカに於ては足の専門職が何個かあります。「足病医」とか靴を作る「Pedorthist」といって、日本では装具士と言いますが、そういうのがいます。これは歯医者さんと同様に、足に困ったら足医者に診てもらう。床屋さんの話を聞いたことがありますか？ 青と赤と白のクルクル回っていたものは、昔床屋さんが外科的な治療をしていたからだ、みたいな話を聞いたことがありますか？ そういう歴史があるのですが、ヨーロッパには「Chiropodist」という足のタコとか爪を削る・切る職業の人がいました。床屋さんみたいな感じですね。今でも中国とかにはいます。中国の人は1週間とか2週間に1回足を薬湯につけて、削ってもらって、爪を切ってもらってというのはすごく安いみたいです。何十元ぐらいでできると聞いています。そういうのが昔ヨーロッパにいて、それがアメリカに移民してくるわけです。アメリカに来て、「素晴らしい国だ。新天地だ。」と言って移民してきて、その後、戦争の時に足が地雷とかでケガをした時に、医者が足りなかった。彼らが足の専門職だから彼らに外科手術もしてもらおうと言って、アメリカでは「足病医」というものができました。なので、アメリカの足病医というのは、もう既に100周年を迎えて15,000人以上います。歯医者さんの数と同じくらいます。歯が悪かったら歯医者に行くように、足に困ったら足医者に行くというのがアメリカでは一般的な考え方になっていて、これは比較的ヨーロッパとか英語圏にはこういった「足病医」というのがいます。特にアメリカの場合には、手術までです。例えば、足首の捻挫とかケガとかであれば、足病医が手術までします。彼らは4年制の大学を卒業した後、足病大学院というのが全米に9つあって、そこでさらに4年間勉強した上に、医者と同じ試験を受けた上で足病医になります。だから、日本では医学部・歯学部なのが、医学部・歯学部・足学部と3つライセンスがあるわけです。医療ライセンスが3つあり、彼らはその中で医者の研修医と同様に研

修して、各州でライセンスをもらいます。

ここで皆さん知っていますか？ アメリカは医師免許も歯医者の免許も足医者の免許も州毎に違うんですよ。知っていますか？ アメリカは合衆国なのです。だから、それぞれの州がそれぞれライセンスを発行するのです。共通ライセンスではありません。だから引っ越しをしたら、もう1回ライセンスを更新とか申請をして変えなければいけない。なので、足病医に関しても、ここの州では足首からできる。ここの州では膝から下ができる。全部ルールが違います。アメリカというのはこういう感じの国です。アメリカでは、例えば「プライマリー・ケア」、要するに何か困ったら行く所でもあり、足をケガしたら手術をしてもらう、靴の処方、インソールの処方もしてくれる、足の手術もする。例えば、ランナーなどのトレーナー的な役割もする。そういう役割として「足病医」というものがあって、要するに足のお医者さんなのです。何となく歯医者さんみたいじゃないですか？ 歯医者さんの定期的な検診のように、足に関しては彼らはそういった文化をもっています。

では、日本に於てはどうでしょうか。足に困った問題はどうするのか。そもそも日本人は足に冷たいです。昔は下駄を履いていましたし、靴の文化が入ってきたのはだいたい150年前。江戸末期から明治ぐらいにこういった物が入ってきたのですが、昔はこう言っていました。「足に合った靴を探すのでは無い。靴に足を合わせろ。」と。帝国陸軍というとこういうことを言ったという噂もあります。聞いたら「え？」と思うじゃないですか。ただ、うちの病院に来る患者さんも同じようなことを言います。「先生、この靴を履いたら足が痛くなつて。本当に何とかしてください。」と。「いや、その靴を履くのをやめたら？」という話ですけれど。他にも「ハイヒールを履くと足が痛いんですよ。」、まあどうでしょうね。これはさっき言っていたのと同じですよね。靴に足を合わせると言っているわけですよ。全く何も変わらないのですが、みん

な当然だと思っています。どんなハイヒールでも痛くなく履けて当たり前。どんな靴でも痛くなく履けて当たり前だと日本人は思っている。ハイヒールのように、骨が下に向いてぶつけて歩けば痛いに決まっています。タコができて当たり前なんですけれど、みんな履きたい。その足に気づいていないけれど、何がどうなるやら今後どうしましょうみたいな話になるなということです。

例えば爪。巻き爪ですね。たまに親指の内側が痛くなってしまう方。靴が当たって爪の端っこが痛い方。多いんですよ、これ。なぜかというと、爪というのは爪自体が元々巻こうとしているんです。それを体重をかけて骨で下から押し上げることで広げているのです。なので、ケガをして足が使えないとか、特に高齢者施設の方とかは結構な確率で巻き爪なのです。体重がかからなくなったら爪が巻いてきます。最近ではよく浮き指とかいうんです。子どもの足で指が使えない子が増えているとか、そういうのが増えてくるとやっぱり巻き爪になる方が多くなってくる。もちろん、靴の形が合っていないくて、それで爪が押されて巻き爪になる人もいます。それもよくいるんですね。特に高齢者施設の96.5%に何らかの足趾の異常がみられます。

靴の裏を見て下さい。靴の裏両方を見て、両方同じ磨り減り方をしていますか？ 左右に違いは無いですか？ 次にかかとを見て下さい。かかとの内側が減っている人、外側が減っている人がいるはずです。だいたい外側が減るんです。なぜ内側が減るのかというと、足首の形。足を着く時というのは、だいたい外側からかかってきます。だけど、足首が曲がっている人の場合は軸が外側に寄って内側が磨り減ります。たまにいませんか？ 女子高生が内股で靴のかかとがグニャッとなっている人。大極端な例ですけれど。そういう方は、股関節も内向きになっていて、足首もなっていて、扁平足になっていて、内側が減ることが多いです。

次、タコがどこにできていますか？ まだそんなにいないですかね。お歳を召してくると結

構多いのですが、だいたい足の前半分にできる方が多いです。この全体のどこかにできる方というのが、だいたいアキレス腱やふくらはぎが硬い人が多いですね。アキレス腱が硬い人というのは足の前半分にタコができます。なぜかというと、さっきの「ロッカーファンクション」というお話をしましたけれど、足首が曲がって膝が前にぐーっと入っていくというこの作業が途中でロックしてしまう。足首が硬くてアキレス腱が伸びないので、足の前半分の所に圧力がかかってタコができるきます。足首の角度がだいたい10度と書きましたが、これが曲がらない。これは膝を伸ばした状態で10度ですけれど、曲げるともっともっと曲がるので、皆さんこういうことを覚えておいてほしいのですが。これで何が分かるのかというと、かかとを着けたまましゃがめる人は大丈夫です。

では親指に胼胝ができている人。そこにできている人は日本人結構多いんです。これはスポーツでできていると感じている人も多いですが、辞めてもそこにタコが残る人は多いです。これは何かというと、この方扁平足の恐れがあります。日本人はとっても多いですね。扁平足というのは立った状態でないと分かりません。真っ直ぐ前を見て立ってください。足のアーチが高いか低いか。だいたい内股の人は膝が内側にグッと回ると扁平足になります。ガニ股の人は足が外側にグッと向くからアーチが高くなる傾向なわけですから、内股の人は扁平足の方が多いのです。アジア人はこういう人がとっても多いです。扁平足の方と親指の所のタコの方というのは、結構一致していることが多いです。なぜかというと、それをレントゲンで見ると良く分かります。低アーチの方というのはこれだけで推進力がちょっと落ちて、足の疲労が多くなりたり痺りやすかったりという人もいますし、タコや傷ができやすいというのもあります。かなり酷い扁平足ですが、足の外側とか内側に痛みが出る方もいます。アーチが低い方と比べてみると、骨の角度が違います。低い方というのは親指がちょっと上に上がっているのが

分かります。こうなると親指の所が引っかかります。ここが曲がらないからその分足の前の所にタコができると。なんとなく分かりました？ちょっと難しい話ですけれど。足が潰れて親指の所が引っかかり親指の付け根が曲がらないから、その分この前で体重を受けています。それでタコができます。

こういう方の場合にはさっきも言ったように、逆に内股気味、X脚気味の方が多いです。内側に脚が倒れると扁平足になるので、内股の方の場合にはあぐらが上手くかけないという人が結構多いです。逆に改善するためにはあぐらをかくようなストレッチをすると、ある程度その可動域が広がって治ってくる場合があります。

あともう1つはインソールですね。やっぱり足の形で曲がりにくいのであればインソールでちゃんと内側のアーチを持ち上げて、扁平足じゃなくしてやれば親指の所が曲がるようになります。特にタコができているだけならないのですが、長く歩くと親指の付け根が痛くなってくる人がいるのです。特に革靴とか。あとは逆に靴底がグニヤンと柔らかい物があるじゃないですか。健康に良さそうなやつ。あれって親指の曲がりにくい人にとてみれば逆に痛みが出てしまいます。要するに、ここがもともと母趾が曲がらないのに靴底が柔らかいから力がかかって痛みが出てしまいます。逆に親指のここが痛い場合は底の堅い、曲がりにくい靴を履いた方が痛みが取れます。

足の形には色々な問題があります。外反母趾があったり、小指の所にあったら甲が高い人は親指と小指の所にできやすいので、そういう方はガニ股気味の人。ガニ股で歩く人は体重が外側にかかるて甲が高くて外側にタコができる。そういう人の場合には逆に、「おかっこ」って讃岐弁で「おかっこ」と言うのですが、何ですかね。「お姉さん座り」？正座より先にペタンという。

では、足の指の付け根にできている人いますか？ あと指先とか指の背の所。ここにできて

いる方というのは、やっぱりパンプスとかで体重を受ける所が少ないので、指先がグッと前に入ってここが痛くなります。パンプスとかヒールを履くことが多い方はここにタコができるています。なので、そういう方はどうするかというと、指を柔らかくしておかなければいけません。この靴を履く150年の歴史の中で、足の指が硬い人が多くなっています。足って本当はグーパーができるのですが、足の指はちゃんと拳ができるのです。ただこれが弱くなってくるとできなくなってくるので、もしできない人は練習をして、3週4週真面目に練習すればできるようになります。なので、ちゃんとこれをやってください。あと関節も硬くなっていますから、指でグーッと曲げてあげるとか、足の指と手で握手してするとかこういうことをやっておかないと、皆さんまだ20代・30代だからいいですけれど、それが40代・50代・60代になるとトラブルになってきますから、ロータリアンの皆さんでなってる方は、早く対応してください。皆さんも今のうちにたまにこういったことをやっておいてください。

後2番と3番の間にタコができる方。そういう方はハイヒールを履いている方が多いです。男性でも革靴で横幅の狭い靴を履いている方というのは底がズレてタコができます。本当にハイヒールを履いている女性の方にタコができる方も多いです。僕のいる世田谷区下北沢というのは結構ハイソな女性の方が多いので、こういう方もたくさんいらっしゃいます。

実際世界のセレブと言われる方でも色々な足のトラブルをもっている人がいます。ヴィクトリア・ベッカムは外反母趾ですね。「Nice pedicure shame about the bunions. (ペディキュアは格好良いけれど、外反母趾が出てて格好悪い。)」みたいな。後は、ケイト・モス。これはモデルさんですよね。ケイト・モスさんというのは、指が曲がってしまっていますね。小指も随分下に入っています。あとキャメロン・ディアス。キャメロン・ディアスもここにタコができるですね。ジェニファー・アニストンは、

ものすごい血管も浮き出ているというのもありますし、指自体もこう曲がってしまっている。特に、良く滑るソールだと女の子の場合、足でギュッと頑張って止めようとするんですね。体重を止めようとするので、こういった変形が起こりやすいと言われています。セレブの方でもこういった問題が起こっています。あと、ペネロペ・クルスとかも有名ですね。トムクルーズの昔の奥さん。あの人も昔9年間ぐらいスペインでバレエをやっていたのですが、何かもう指が潰れてしまって、アメリカでペネロペ・クルスと言えば「足が汚い」ということになっていて、結構可哀そうですけれど。

では、そういった足の人はどうするか。まず1つ大事なのは、アキレス腱のストレッチです。さっき言つたたい足の前半分のトラブルというのは、アキレス腱が硬いことによって起こります。アキレス腱のストレッチというのは、正しくは壁に手をついて、つま先を壁に真っ直ぐ向けて、膝を伸ばして、グーッと体重を前に入れていく。そうすると、膝の裏が張ってきます。だんだんピリピリしてくるので、それを1分×3回足ぐらいやってもらうとか。もっと簡単なのが、辞書でも何でも良いのですが、それをつま先の下に敷いて置いて、かかとは地面に着けて、ソファーかなんかに手をついて、体をゆっくり前に倒しながらテレビを見るとか。そういうことでも、いわゆるハムストリングとかアキレス腱が伸びます。足にすごく良いのですが、例えば膝が痛い人、股関節が痛い人というよく売ってる本を見ても同じストレッチが載っています。多分これが万能のストレッチだと思います。人類の英知が詰まった万能のストレッチなので、何の病気でも、きっと風邪も治ると思います、これで。なので、是非みんなこれを正しく。ポイントはつま先を壁に真っ直ぐ向ける。これだいたい外につま先が開いてしまうと全く効かないで、つま先を真っ直ぐ。膝を伸ばす。手をつく。ゆっくりやる。これを覚えてください。ギュッギュッギュッと反動をつけるのではなく、じわじわっと伸ばすんで

す。これも覚えてください。

後はインソールですね。これも非常に大事です。特に先程言った、親指の所にタコがある方、そういった方とかは内側の上がるインソールが非常に良いと思います。特に内側のアーチが落ちているなという方はインソールを入れてもらうことで、スポーツのパフォーマンスも上がるのでは非購入してみてください。後は外反母趾とかですね。今何となく曲がっているかなと思う人は、ちゃんと足のアーチを戻してください。外反母趾も、結局指が曲がるだけではなく足のバランスの問題なので、しっかりと今の若い内に正しいアーチを保っておけば外反母趾の進行を防げますから、しっかりと外反母趾に関しての予防をするためにも足に興味を持ってください。意外とこういった意味で足に色々なトラブルがあったとしても、皆さんそれで病院に行くという発想が元々ありませんし、それを何か自分で予防するとか、何か自分で手をかけるという認識をもっていないので、是非そういった所は気をつけていっていただきたいと思います。

あともう1つ、意外と皆さん知らないのですが、外反母趾の方がよくするのが、指にスポンジを挟んだりがよくあるんですね。外反母趾に効くとかいうのがあるのですが、間違いです。足を握ると足趾が開きます。外反母趾ビジネスには色々ありますが、だまされずに。基本的には足を握って締めるタイプの物の方が良いと思います。

そしてストレッチですね。これも皆さん是非覚えておいてください。先程言いましたグーパーもそうですし、指を柔らかくするというのもすごく大事です。これをすることで、足の指を使うという認識にもなりますし、指の硬さというのも違ってきます。特に女性の方はそういうのが多いですね。病気になってから、歩けなくなつてからするのではなく、もっともっと前の段階で足を予防するという認識を持たなければいけないし、足というものにもっと興味を持つていただきたいと思います。

レントゲンなどを撮るとよく分かります。例えば、色んなトラブルがあります。巻き爪になつて膿んでしまったとか、指と指の間にタコができるて痛いとか、こういうことが皆さんにも起こってきます。今は無くとも起こってきます。でもレントゲンを撮ると分かるんですね。例えば、レントゲンを見ると明らかに長い足の指。靴の中でこの指が押されて爪のトラブルになっている。爪が悪いのでは無く、足の形の問題。後は靴の形の問題です。後は小指にタコができるというのは何故かというと、骨の出っ張りが靴に当たっているからできるわけです。外反母趾の所にも傷ができると、当たって痛い。どういうことかというと、靴の幅が狭く当たって押されてしまうから傷ができるので「先生、この靴を履いたら痛いんです。」と。「靴を替えなさい。」という話になるわけです。逆に、大きすぎる靴だと中でズレてしまって擦れてしまう。外反母趾になると当たって痛いから皆さん大きい靴を履くんです。少しだけ大きい靴なら良いのですが、過度に大きい靴だと中でズレてしまってそこに傷をつくります。後クロックスを買っている人はいますか？ 最近はあまりいませんですかね。クロックスは、今のお歳を召

した方はお孫さんなどにクロックスをもらって履いている方が多いです。そうすると、結構クロックスが足のトラブルの元になります。一時期子どもがエスカレーターに巻き込まれた問題がありましたが、足を診ている側からするとクロックスも危ないですね。足を固定する物が無くて中でズレて不安定なので中で傷をつくることが多いのです。靴を選ぶ時にはちゃんとかかとと足の甲でしっかりと固定するのが正しい靴の履き方です。だから皆さん、スニーカーを履いている時、脱ぐ時に紐を外していますか？ 足のトラブルがある方の場合には、靴紐をしっかりと締めて、足の甲で靴を足に固定してあげないとパンプスと同じで、靴の中で足が動くとトラブルの元、痛みの元になりますし、そこに変に自分で力を入れてしまうので、他のふくらはぎなどの痛み・むくみにも繋がってきます。

なので、多くのトラブルは靴から起ります。靴を正しく選ぶということは、足のリスクを明らかに下げますから、何か痛いなと思ったら靴の選び方がおかしいのではないかと思つてほしいです。男性もそうです。薄いソールでカチコチ歩いたら普通に考えて足は痛いです。いくら良い足だと言っても、堅いところを薄い



靴で歩いたら当然痛くなります。結構カッコイイ靴程ペッタンコで痛みの元になります。特に外国製の足のラスト、木型と日本人の足というのは形が違うことが多いので、結構痛みの元になります。

革靴で仕事をされている方はどれくらいますか？履き始めの時は結構痛くなかったですか？イギリスの靴はしっかりしていて「履き慣れていけば大丈夫。最初は靴擦れだけど我慢しろ」みたいなことを言うのですが、「そんなことを言っている間に動けなくなったらどうするんだ」と思いますけど。もちろんファッション性も大事ですが、靴を正しく選ぶというのはとても大事です。

たまに患者さんが「もう私にハイヒールの靴は履けないんですか？」と言うんですけど、そういうわけではない。もちろんパーティーがあったりだとか、お仕事でこういう靴を履かなければいけないとか、そういった場面というのはあると思いますけれど、それを全部「無理だからできない。」と言っても仕方が無いので、TPOによって使い分けるということになります。この映画は多分皆さんご存じないと思いますが、1988年のアメリカで「ワーキング・ガール」という映画がありました。ニューヨークの秘書格の人が、通勤でスニーカーを履いてきます。「ニューヨークのOLは、スニーカーで通勤するらしい。」とすごく話題になりました。ということは、彼らは分かっているわけです。今からもう30年前のアメリカでもすごく流ったらしいです。通勤の時は足に負担の無い靴を履いて、オフィスの中ではヒールの靴に履き替える。要するにTPOに合わせて必要な時はそういう靴を履きましょう。でもその代わり、それ以外の時は負担を減らしてくださいという考え方をしないと、だいたい皆さん極論なんです。「もう2度と私はヒールを履けない。」とか「ヒールを履くなと言うようなあの病院には行かない。」という話になります。そうではなくて、良いところを取らないといけないと思います。

あともう1つ。これも覚えておいてほしいの

ですが、足は老化します。これも皆さんご理解いただけないのですが、だいたい僕の感覚としては50年ぐらいで足の耐用年数は切れます。皆さん関係ないと思いますが、膝に水が溜まるとか言いますよね。膝は年を取ってるとだんだん磨り減ってきて、水が溜まってというイメージがあると思うのですが、足首に関しても、足に関しても当然体重を受けています。膝が痛くなるのに足が痛くならないわけがないのです。しかも関節に関しては膝より足首の方が小さいので、膝の関節が変形しているということは、足首の関節も変形していても何らおかしくありません。なので、うちに来る患者さんとかでも、「去年までこんな事全然なかったのに、いきなり足首が痛くなって。」と言うのですが、去年までにもう磨り減っていて、今年何かの拍子で痛くなっているだけなので、足というのは老化します。必ずします。

これが柔らかい足であれば良いのです。要するにスムーズなところを柔らかいボールがコロコロ転がる、これが当たり前の話です。ただ、例えば足が硬くなって、ボールがサイコロになってそして坂道がガタガタしてくるとガタンガタンとなりますよね。ボールがコロコロではなくガタンガタンになる。ガタンガタンの1回の衝撃が足の関節や筋肉を痛めつけていくので、耐用年数は短くなります。だからさっきから皆さんにストレッチの話なのです。「何もせずにずっといて、いつまでもその足が自分の言うことを聞いてくれると思うなよ!!」という話です。ちゃんとメンテナンスをしてあげなければ、足というのは痛みが出てきて当たり前です。今は昔と比べて寿命が延びています。長く生きられるようになったからトラブルが出てきます。欧米ではもっともっと早い内からハイヒールなどで足を痛めつけていたので、問題が顕在化していましたが、日本人の場合にはそれが最近分かるようになってきたのです。足というのは老化するもので、いつか痛みが出てきたりトラブルが起こったりするものだ。だから、早い内にちゃんと気をつけてメンテナンスをして

おかなければいけないものです。これは、20代30代の皆さんだからこそ覚えていてほしいです。今からできること、今だからできることがありますし、皆さんの親御さんもこれから足が痛いと言い出します。その時にやっぱり病院に行くということを頭の中においていてほしい。必ず痛みや痺れ、その他のトラブルが起こります。うちの病院に来る方の3分の1ぐらいは、足の前半分の痺れで来ます。何か痺れる、痛い。でもレントゲンを撮ってもおかしくないと言われた。これはその他の足のトラブルが起こっているんです。

というわけで、うちの病院は日本初の足の総合病院として始めました。要するに今こういう足のトラブルを診てくれる病院が日本に無いわけです。足病医さんもいないわけです。どこの科が診るかも分からないわけです。患者さんはどこに行けば良いか分からないわけです。それを解決するために、この足の総合病院というものを作りました。これはある意味、日本の医療におけるブルーオーシャン。要するにそこには、誰も手を付けていないマーケットがあり、そこにニーズがある。なので、我々の病院とは、病院全体として1人の足病医の代わりを果たして、日本に於てこれが必要なのだということを啓蒙していく立場として、今回こういう機会を頂けたということは非常に有難いです。今のこの若い世代にこれを伝えられるというのは非常に大きいと思います。これから高齢化していく社会の中でやっていくべきことが多いと思っています。特に外傷、いわゆるランナーが捻挫したとか、原因が分からない痛みや痺れとか、加齢による足のトラブル。そして巻き爪、心筋梗塞みたいな血管のトラブル、足のトラブル。色々なトラブルが足には起こりますが、これを外来からリハビリ、インソール、靴、入院、手術、そういったものを含めて行っている病院としてうちはスタートしているところです。うちとしては、色々な役割があると思いますが、1つは足のよろず相談。先程から言っている足に困ったら来てください。あと糖尿病の方が

さっき言いました20秒に1本足を切られていると、とっても足のトラブルが多いのでそこもやっています。後は傷、難治性創傷もやっています。そして足の検診を本当はしたいんです。さっきの歯の検診みたいな感じで、日本でも定期的に足を診てもらうという文化を作りたいと思っています。最後は、僕は大塚美容外科でバイトをしたことがあるのですが、美容医学にも興味があるので、何かできるのではないかと思っているところです。特によろず相談ですね。扁平足の方、本当におうちに帰って立った状態で見てもらってください。扁平足気味の方、何かトラブルが起こってくる場合がありますので、こういう重症の足というものに関しても気をつけて症状が軽い内に見つけてください。ただ日本人は足を見せたがらません。海外もそうだと思いますが、例えば、60くらいの女性の方で病院に来たら、かかとの骨がグチャグチャでした。そこから汁が出ていました。でもご家族にずっと隠していました。靴下を何枚も履いたら分からないので、そっと夜に靴下を自分で洗っていたそうです。でも人に言うのが嫌、恥ずかしいからと言って全然見せずに結局その人の足は切られてしまいました。お歳を召してくるとあぐらをかくというのも体が硬くなってくると一苦労です。しかも、目が悪くなってきて体が硬くなって、本当に自分のかかとを見られるかというと、本当に自分の足の裏がなかなか見えないという年齢に皆さんもさしかかってきます。なので、今のうちにそういう知識をちゃんともっておいて、靴下に変な汁が付くぞとか、変な所にタコがあるぞとか、そういうのがあれば病院に行こうと思ってほしいです。皆さんがそういう風なことを思う年代になるまでには、僕が今の病院をもっともっとチーン展開できるかどうかは分かりませんが、仲間を色々な所で作って、日本中で足を診られる体制を作りたいと思っています。アメリカでは足病医がこれをやっているわけですからニーズがあるわけです。周りにたくさんある歯医者さんと同じぐらいの数があってもおかしくないだ

けニーズがあるはずなので、今後はそういったことができたらなと思っています。

僕は、実はものすごく重い足を切ってしまう傷の方から下肢救済とかフットケアというものを診てきたのですが、今は逆から診ています。フットヘルス。フットヘルス産業というのは実は大きいのです。その部分に医療がこれまで足りていなかつたというのがあるので、ここを足病学というのがカバーしていけたらなと思います。

特に整形外科という言葉がありますよね。最近「整形内科」という本が出ました。これは何をするかというと、「整形外科医」というのは外科と付いているから手術するイメージかもしれないが、整形外科の先生の多くは町のクリニックで保存的治療と呼ばれる治療、お薬であったり、超音波とかリハビリなどの保存的治療、要するに手術ではない治療をする方というのがすごく沢山必要で、手術をする方というのがその中の半分くらいればいいんです。だから足の治療に関してもこれまで整形外科の中にも足の外科という先生がいます。足の外科学会というのがちゃんとあります。やっぱり内科的な例えばちょっと痛い時に靴をどうしたら良いですよとか、あなたの歩き方、関節はこうですよとかいうような内科的なことを担う人が少なかつたけれど、本当はこっちの方が沢山必要なです。こういう人は今ほどいません。今後そういう人を増やしていくかなければいけないと思いますし、地域に関して貢献という意味でもうちの病院はこんなことを始めています。「地域の中で足の番人を作ろうプロジェクト」というのを始めました。皆さんのような方々、地域の方々の中で足に興味のある方に来ていただいてお話をさせてもらって、こういったことに気をつけましょうというのを聞いていただいたら、「足の番人認定証」などを差し上げて、こういう方でネットワークを作って「世田谷区フットヘルスプロジェクト」というのを今始めたりしています。特に高齢者や整骨院やフットヘルスとか、あと多いのが「足が痛くて巻き爪

ができているが、職場とか学校の指定靴がこれなので換えられないです。」と言う人がいます。特に巻き爪とか辛いですよね。体育とかすごく痛いです。僕診断書書いたことが何度もあります、「ダメ」と言われて返ってきます。ひどいですよね。それもひとえに知られていないからこそそういった対応になる。学校の先生も困ったことが無く、困るということを聞いたことがないから、そこもこれから啓蒙していきたいと思っています。

実際にうちの病院を始めて1年になるのですが、色々な取材などを頂いてその中で今啓蒙活動を行っています。あと研修も始めて、「未来の足病医達へ」みたいなカッコイイ名前。これは僕が作りました。今研修施設として募集して、フットケアセミナーとかコアナース養成コースみたいなものを主体として、勉強会などを開いて啓蒙をしています。100歳まで自分の足で歩くために何が出来るのか。100歳と言えば耐用年数の倍ですよ。大変です。手であれば三角巾で吊っていればいいです。最悪使わなくとも暮らせます。ただ、足は痛いと歩けないのでそこを何とか予防するということを何とかできればなと思っています。歯の悩みは歯医者に行くように、足の悩みで足の病院に行くのが当たり前になるのが目標です。皆さんの足が痛くなる頃にはこういった病院があるように頑張っていきたいなと思っています。「足を愛してあげてください。」なんて言ってみましたが、恥ずかしいのでやめましょう。

僕実は足ばかりではないのです。美容医療とか乳房再建とかそういったこともやっていました。形成外科というのは足ばかりではないですね。さっき言ったように色々なことをやっています。顔の交通事故が来たら顔を治したり、乳がんを取られた後の患者さんの胸を再建したりというのも僕の仕事の一部ではありました。それを今は一切やっていません。なぜこういうことになってしまったかというと、僕の場合には、多分皆さんもどこかであると思いますが、これまでやっていたことの中で、興味が出てく

ることがあると思います。2010年、今から7年前の神戸で「アメリカにおける形成外科医と足病医のコラボレーション」。僕は形成外科医です。足病医は何だか分からぬけれど、ビデオ演題というのを学会に行って見ました。「すごいな。何だ。この足病医という職業は。この人達は何をやっているの。」と衝撃を受けました。ただその時自分はまだ大阪大学にいて、形成外科のポジションもありやってました。自分の中の一部ではありましたが、その他の仕事も沢山ある中で、自分の中のきっかけというものを探している時期でもありました。皆さんにもそういう時期があると思います。僕はずっと前から考えていました。同期ともよく話をしていて「自分は、これから5年後10年後何をやっているんだろう。」という話をしていました。上司にも言わされました。「今じゃなくて、5年後10年後どうするかをちゃんと考えておきなさい。」と。でも正直20代の時は考えられません。5年後どうなっているかも分からぬし、就職も変わっているかもしれない、そもそも自分が何に興味があるのかも分からぬ。けれど、常に考えていることは必要だと思います。そうならないとしても考えておくことは必要で、僕はここでこれに出会ったので、その後自分のあらゆるコネクションを使ってこの教授にアプローチしました。足に関係ある人、関係ない人を問わず、アメリカのこの大学にコネクションをもっている人全員に当たって、知らない人にも紹介してもらって紹介状を書いてもらってアプローチをして、何とかここに行くことができました。実際に見てみるとやっぱり面白かった。自分としては面白かった足病医と出会って、彼らと一緒に仕事をして、「ああ、こんなに面白いことをしてゐんだ。」と思いました。僕はそれまで傷ができたら治せば良い、そこにお薬を塗りましょうとそういった治療をしていました。けれど彼らは違いました。「この傷が何故できているのか見てごらん」と。「足首が硬いだろ。ここのが関節が硬いだろ。だからここに傷、タコができるんだよ。」と。だから逆に言うと「こつ

ちを治さないと傷だけ治しても無駄なんだよ」と。それが自分の中ですごく新鮮な考え方だったので、僕はこれを日本に持ち込みたいと思って今回の病院に繋がっています。もう7年です。でも僕7年はすごく短いと思います。すごくラッキーだったのは、この7年の間に病院を作るという所まで辿り着けたというところ。もちろん上手くいくことが多いわけではありません。自分の思った通りになるというのは多くありません。

そういう意味で僕は先程の「神山プロジェクト」はすごく刺激になりました。色々なことがきっかけで進んで行く理由はそこにあって、自分の想像のできないことが起こってもそこをリカバリーできる方法があって、それを進めていくことで新たなものが見えるというのは、本当に僕は刺激を受けましたし、さっきも言ったようにそれを聞いた後に「もう帰ってもいいな」と思って、この講演は自分の中では忘れることができないぐらい非常に感銘を受けた講演でした。僕の場合は今ここ1年この病院をやってきて、これから20年30年やって先程の大南先生の歳になるまでこれから「足」に取り組んでいくと思います。僕はこれに出会えたと思っているし、本当は色々やりたいことがあるんです。地域でもやりたい、大学病院に「足科」を作りたい、足病学講座もどこかの大学に作りたい、教育をしたい、学生に教えたい、学生はこんなこと知らないですから。今何も日本にはないこの分野を作っていくという意味で非常にエキサイティングな分野だと思っていますし、それがいわゆる「Unmet Needs」であるブルーオーシャンだと思っています。僕はこういったことに出合えましたけれど、皆さんもいつか何かに自分の中でそう思えるものに出会えると思うので、その際にはちょっとと思い出して下さい。自分が元々何がやりたくてここに来たのかということだけではなく、自分に今できることが何で、社会に何が足りなくて、そして自分がどこに住もうとしているのかというのを考えれば、その時にやることが見えてくると思いま

す。是非そこを思い出してほしいのと、その時にひょっとしたら皆さんの周りにたくさん足病医がいて、困ったら足の病院に行けば良いという文化になっていれば「それは僕のおかげだ。」とここで宣言しておくので、周りの人に言って下さい。「昔僕はその人の話を聞いたんだ。」と言っていただいて。皆さん多分20年後に足が痛くなった時には、僕の教え子が皆さん足をきっと救ってくれるはずだと思っています。これで終わります。ありがとうございました。



司会者：何か質問のある人？

受講生：私事で申し訳ありませんが、フルマラソンが足に影響を与えますか？

菊池先生：フルマラソンが足に影響を与えるか。正直言うと僕は関節は消耗品だと思っているタイプの人間なので、あまりフルマラソンとかはしないのですが、足だけではなくもちろん全身的な運動というのは非常に素晴らしい、体に良い影響を与えます。これもさっきのハイヒールの話と同じで、「じゃあ足に悪いから、私は走ってはいけないのでですか？」という話ではなく、フルマラソンを走るのであれば、自分の足に合わせたインソールであったり靴を正しく選んで足への負担を減らしながら走ることが大事だと思います。特にマラソンを始めると膝の痛みであったり、かかとの痛み、アキレス腱の痛みを訴える方が多いです。痛みがある時に、痛みを取ることも治療としてはできますが、本当のアスリートは大会に出るために痛

み止めを打ったりする場合もありますが、一般的のランナーの方の場合であれば、やっぱり痛みの元を減らしてあげることを最初にやるべきだと思います。だから、フルマラソンをするのであれば、靴屋さんでちゃんと正しい靴を選び、靴紐をちゃんと結んで、後はフォームも正しくするということをまずやった上で痛みが出るのであれば、それをアラームとして受け止めて、そこの部分を痛くならないような工夫をするべきだと思います。フルマラソン自体が決して悪いわけではありません。

後もう一つ、太っていることは大きな足のリスクですから、是非ダイエットして下さい。本当にそうです。膝とか足首、膝のレントゲンを見るとすごく感じるのですが、やっぱり体重を減らすことはすごく大事です。なので、これは間違いなくフルマラソンよりダイエットしてください。そういう意味ではフルマラソンはダイエットに良いかもしれないですね。予防としても。

司会者：他にいませんか？

受講生：走りすぎたせいか、膝が剥がれでちょっと出ているのですが、これは他の病院ではボルトで留めるしかないと言われました。それはもうどうしようもないものなのかと、上手く歩けるようになれば良くなるものなのかが気になります。

菊池先生：足が剥がれてきてるというのは膝の皿が分かれているということですかね？

受講生：皿の下の部分ですね。

菊池先生：いくつかの要因があって、痛みはありますか？

受講生：昔は正座をすると痛みがありました。

菊池先生：膝の周囲の痛みで最も多いのが、大腿四頭筋という膝の前の筋肉が硬い人というのが膝の上とか膝の下に痛みが出る人が多いんですね。なので、さっきも言いましたが、結局柔軟性というのは痛みの大きな元になりますから、理学療法いわゆるリハビリテーションで自分のストレッチングで痛みを抑えることはでき

ると思います。膝が剥がれているという状態がどういうものかが分かりませんが、ストレッチングというのはある程度有効だと思います。

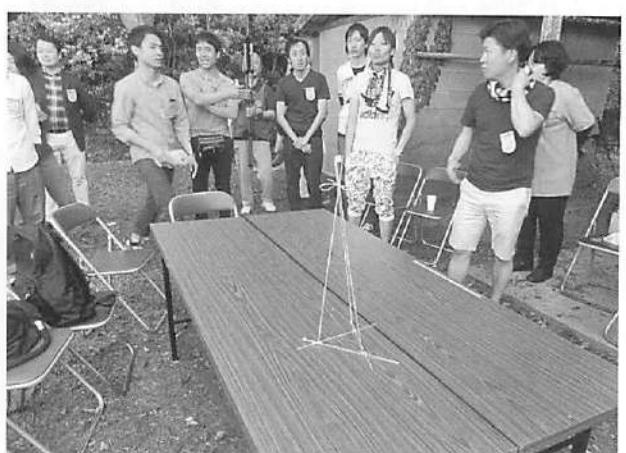
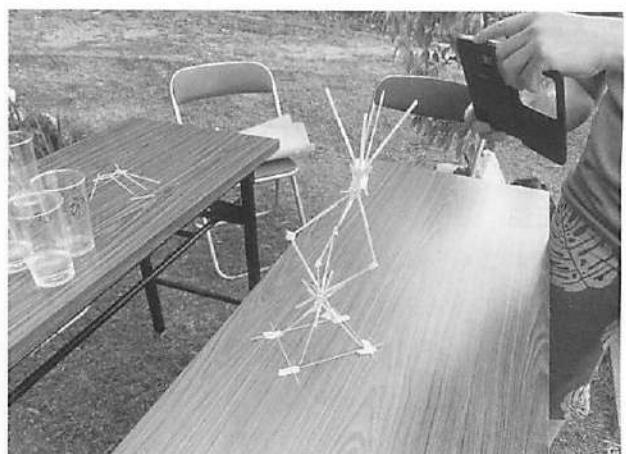
受講生：分かりました。ありがとうございました。

菊池先生：さっきのアキレス腱のお話をしましたが、すごくジムに通ってストレッチもして良い体をしている人でもアキレス腱が硬い人が多いです。それだけアキレス腱の正しいストレッチというのが普及していない、必要性を皆さんあまり感じていないので、運動している方は特にアキレス腱のストレッチをウォーミングアップ、クールダウンに使ってください。特に、ヒールを日頃履く女性の場合には、結構ペタ靴が苦

手という人がいるんですよね。ヒールをずっと履いているとペタ靴が苦手になります。何故かというと、ヒールが上がっているのでその分アキレス腱が常に緩んでいるというか短い状態になっていますよね。足が下がっていますから。そうすると、平らな靴を履こうとするとしゃがめない女人のように、後ろにパタンといきやすくなります。なので、女性というのは比較的アキレス腱が伸びない時間が長くなっているので、その分ご自身でストレッチをやってほしいと思います。

司会者：菊池先生、どうもありがとうございました。

## レクリエーション (2日目)



## 「心の中の目隠し」

オブザーバー

坂東 隆弘 (柏原RC)



### 一隅を照らす

「一隅（いちぐう）を照らす」という言葉は、比叡山を開かれた伝教大師・最澄（でんぎょうだいし・さいちょう 767-822）さまの著書『天台法華宗年分学生式（てんだいほっけしゅうねんぶんがくしょうしき=山家学生式）』より出典したものです。

『山家学生式（さんげがくしょうしき）』は、人々を幸せへと導くために「一隅を照らす国宝的人材」を養成したいと、熱意をこめて著述されたものです。

今、カウンシルファイアーの聖なる火がともされました。この小さな火によって、暗闇の中、おぼろげに周囲の様子をうかがうことができます。「一隅を照らす」とは…

「國宝とは何物ぞ」で始まるお言葉は、自己のことばかりを考えて生活していると、他人への思いやりの心、信頼する心を忘れ、正しい人間生活を送ることができないと諭され、「一隅を照らすこれ則ち國宝なり。」と喝破し、國宝とは決して金銀財宝など、お金や財宝は國の宝ではなく、家庭や職場など、自分自身が置かれたその場所で、精一杯努力し、明るく光り輝くことのできる人こそ、何物にも代えがたい貴い國の宝である。一人ひとりがそれぞれの持ち場で全力を尽くすことによって、社会全体が明るく照らされていく。自分のためばかりではなく、人の幸せ、人類みんなの幸せを求めていく。」「人の心の痛みがわかる人」「人の喜びが素

直に喜べる人」「人に対して優しさや思いやりがもてる心豊かな人」こそ國の宝である。そうおっしゃっています。

そして、そういう心豊かな人が集まれば、明るい社会が実現します。

あなたが、あなたの置かれている場所や立場で、ベストを尽くして照らして下さい。あなたが光れば、あなたのお隣も光ります。町や社会が光ります。小さな光が集まって、日本を、世界を、やがて地球を照らします。

一隅を照らして下さい。

さて、「豊かに暮らすための叡智」についてのお話をしましょう。

ヒマラヤの辺境ラダック。文化的にはチベット、政治的にはインドのジャンム・カシミール州に属しています。中国やパキスタンと接していますが、今でも国境が確定していません。中心の町レーの標高は3,600メートル。周囲を取り囲む峰は5,000メートルを優に超えています。

この厳しい自然環境で、人々は意外なほど豊かに暮らしています。ヒマラヤからの雪解け水は、砂漠の様に乾燥したこの地域において、夏の間の比較的安定した農業の営みを可能にします。兄弟で一人の妻を共有する一妻多夫制は、相続における農地の分割を防いできました。一家で一人は僧侶として独身のまま寺に住むという習慣は、人口を一定に保つことにも貢献してきました。長い農閑期には、精神性を高める様々な宗教的行事が営まれます。貧富の差もあまりなく、誰もが自分たちで建てた白く輝く家に住

むことができました。近所や集落で何か問題があれば、自分たちでそれを解決する仕組みもありました。とても大切にされているのは、人だけではなく、生きとし生けるものすべてが共に生きることです。人々はお互いに支え合い、自然を傷つけないための観智を發揮しながら暮らしていました。

しかし、このラダックにも1975年から「近代化」とか「発展」とか言われる波が急に押し寄せるようになりました。そのときにラダックの開発官がまず取り組んだのは、人々に欲望を抱かせることでした。利益のために楽しみや余暇を犠牲にすることに、人々は関心がなかったからです。開発政策や外国人観光客、広告、映画の影響は、瞬く間にラダックに拡がりました。人々は自分たちが何も持っておらず、貧しいと感じるようになったのです。こうして「貧困」が作り出されました。

お金がどんどん必要になってきました。昔からの伝統や習慣は、学校教育の中で無視されたり、否定されたりしました。西洋医学の医者が、政府の病院で働くようになりました。ホームレスが生まれ、環境の汚染も始まりました。次第に若い人と年配の人との間で、考え方の違いが拡がり、人々は落ち着かなくなり、劣等感やみじめさを味わうことも多くなりました。

### 心の中の目隠し

実はこうしたことが、世界中で起きていました。欧米による植民地化や奴隸制度。富める者がますます富むための仕組みです。1949年1月21日、国連会議でアメリカのトルーマン大統領が、世界を「発展した国」と「発展していない国」とに分ける考えを示しました。欧米をモデルに、世界を「発展」させるという考えが常識になったのは、それ以来だと言われています。

明治時代に日本を訪れた外国人は、日本のスローな豊かさ美しさに驚嘆しました。しかし、今では、私たちは何を失ったのかさえ、定かでない始末です。自分たちがいかに持続不可能

な、特殊な世界に生きているかということすら、気付くことができませんでした。「発展」「進歩」の過程で、いつの間にか「呪い」をかけられてしまったかのようです。今必要なのは、常識とされることを疑い、曇り無きまなこで眞実を見定めることではないでしょうか。そうすれば「呪い」を解く道が見つかるかもしれません。

「問題なのは貧しさではなく、社会の不公正、人間の搾取、財力を誇示するための消費、そして自然からの略奪行為である。富裕こそ問題であり、貧しさは解決策なのだ」

ということではないでしょうか？ 今一度、見つめ直してみてください。

### 相対的な物差し、あやふやな価値観

もう一つ、常識とされる物事の判断や、大切な価値基準についてのお話をします。

深い森の中、湖畔に立つ一軒家。静かに流れる時間。鳥のさえずりが山の奥から聞こえてきます。

そんな悠久の時を邪魔する出来事。一匹の蚊が、私の腕を刺し、満腹間を漂わせて飛び立ちました。気が付いた時には、既に遅し、安息の時間を邪魔したにくき蚊、伝染病をも媒介する害虫は、湖のほとりにさも優雅に飛んでいました。腕にはかゆみと赤い発疹、恨みが残ります。頭にきた私は、その蚊を憤怒の目で追っていました。そうすると水辺に石陰に潜んでいた一匹の蛙が、そのにくき蚊をパクリと捕食しました。お見事！ よくぞ私の敵を取ってくれた、素晴らしい蛙様。思わずガッポーズ。

よく見ればキラキラと緑色に光り輝きかわいい蛙です。素晴らしい良い蛙だ。と感心し手を合わせた時、ギヤーと一声断末魔の悲鳴、草むらよりはい出した一匹の蛇が鎌首をもたげ、その蛙を横にくわえ、目をぎらぎらと光らせ得意げにしています。なんてことするんだ！ 私の

かわいい蛙を！ 私は思わず傍らにあった石を投げつけました。一瞬さっと身をかがめて私を見た蛇は、恨めし気な顔をして、のろりのろりと草むらの中に消えていきました。追いかけて行って捕まえてやろうかと思ったその時でした。太陽を遮る黒い影と共に、バタバタと激しい羽音がし、一瞬の出来事。電光石火の早業でハヤブサがその蛇を仕留めました。さすがハヤブサ、よくやったハヤブサ。蛇をがっちりと脚爪で押さえつけその鋭いくちばしは、蛇の頭を啄んでいます。ハヤブサなんて価値のある鳥。貴重な猛禽類の勇猛な鳥。写真に残し、私のヒーローとして、みんなに自慢し見せてやろう！ カメラを用意し、構えた瞬間。

木立の間から飛び出したキツネが、今度はその我がヒーローのハヤブサを襲いました。不意を突かれたハヤブサは、抵抗はするものの無残にも首をかまれキツネの餌食に。とんでもないキツネだ。希少なハヤブサを、どこにでもいるなんてことない平凡な価値のないキツネが殺してしまうなんて、悪い蛇をやっつけてくれた、良いヒーローハヤブサを殺すなんて、なんて悪いキツネなんだ。極悪のキツネだ。怒りはあるの蚊の時の数十倍に膨れ上がり、恨みは拍車をかけて、理性を消してしまい、あのキツネは生かしてはおけないと、獵銃を取り出し、弾を詰めようとしますが、怒りで手が震えうまくいきません。そんな時、森がざわついたかと思うと、一匹の大きなクマが現れました。クマは、一撃でそのキツネを倒し、前足で踏みつけました。

オー、森の王様が現れた！ 私の代わりに、極悪のキツネを退治してくれたあのクマは良いクマだ。素晴らしい森の王者だ！ 正義の味方だ！ 嬉しくなり思わず歓声を上げてしまいました。

すると、その声にクマは気づき、こちらを見るとゆっくりと近づいてきました。私にとって正義の味方、良い素晴らしい王者のクマが私に近づいてきます。30メートル、愛しいクマをハグしてやろう！ 20メートル、いや、握手ぐらいにしておこう！ 10メートル、逃げた方がよいのかも…。

ズドーン。クマは5メートル前で倒れました。別の獵師さんか寸前で仕留めてくれたのです。えっ!? 良いクマを倒した獵師さんは？ 果たして…。

滑稽なお話ですね。でも、私たちの判断基準や価値観は、物の真理ではなく、かなり感情的なものに支配され、しかもかなり相対的でかなりいい加減なものだということです。普段私たちはこのような基準で物事を判断していることが多いのです。

蚊と蛙、蛙と蛇、蛇とハヤブサ、ハヤブサとキツネ、キツネとクマの間には、実は、良いも悪いもありません。二者の間にあったのは生と死、生々流転であります。自然の摂理であります。

これを間違えるとよいクマを撃ち殺した獵師は悪い獵師だと、今度は獵師に銃口を向けるよ



うなことが世の中、世界中、平氣で起こっています。

今一度、物事の本質を、濁りのない眼で、曇りのない心で、見直してみてください。生きるとはなんぞや、生かされていることをこの機会に思い起こしてみてください。

獵師さんは、こういいました、良いクマ？ 悪いクマ？ そんなもんねえよ、クマはクマだ。

獵師さんの首元に、蚊がとまりました。えっ、良い蚊？？

### 薪の話

今は亡き今井鎮雄先生が第1回のRYLA以来、カウンシルファイヤーでRYLAの受講生達に屢々説かれた話を深川先生からお聞きしたので紹介しておきます。

きっと今も、この様子、カウンシルサークルを星陰から見守っておられるに違いないと思います。

カウンシルファイヤーの間、私達をあかあかと照らし、温かさを与えてくれた火も、ようやく消えかかっています。私達は、この薪（たきぎ）を通して3つのことを学びました。

第1は、薪は一本では燃えません。

最初に、薪が組み立てられたように、それぞれが協力していかなければ、火はあかあかと燃えないのです。

第2は、その薪は、今、すっかり崩れ落ちてしまっています。

私達に光を与え、熱を与えてくれたために、一本一本の薪は、灰になってしまっています。世の中に光を与える奉仕は、それなりの時間と労力とその他の良いものを犠牲にしなければならないのです。（ここは大事なところです）

第3に、この決意と協同があっても、運んできたトーチによって火がつけられるように、一つの目的が明確でなければなりません。

ここに来て、ロータリーの火がつけられ、君たちの奉仕の心と共同の作業がある時、このファイヤーのように周囲をあかあかと照らすことが出来るのです。

「みんなが自分のためにしか生きられないこの世の中にあって、人のために自分の時間を置いてでも生きようじゃないか」と考える人達の群れが集まって、そこに初めて私達の世界があるのです。私達の世界は、そこから開けてくる、そして、世界の平和もまた、そこから開けてくると私は思っています。」

## 講義 4

### 「21世紀をどう生きるか」

バストガバナー（2680地区）

RYLA顧問 安平 和彦 氏



#### ● 略歴

姫路ロータリークラブ会員  
昭和44年京都大学法学部卒  
弁護士（民事）  
2002・03年度RI2680地区ガバナー  
2007・10年 規定審議会代表議員  
2007・08年 国際ロータリー研修リーダー<sup>1</sup>  
2010年9月～ ロータリーの友委員会委員長・現在特別顧問  
2016年7月～ ロータリー日本100年史編纂委員会副委員長

みなさん、おはようございます。残念ながら、このRYLAセミナーも最終日の最終講義になりましたね。また、今日は、大勢のロータリアンの皆さんにもおいでいただいております。大変光栄であると同時に、緊張もしております。

今日は、少し幅広い観点から話をしてみたいと思います。

#### 自己紹介

まず自己紹介を簡単にします。ワークブックに簡単に紹介されています。

私は1946年2月生まれ（満71歳）で、1973年4月に弁護士登録をして、現在、姫路市で弁護士事務所を主宰しています。ロータリーの関係では、1977年4月に姫路ロータリークラブに入会し、1995年～6年に姫路ロータリークラブ会長、2002年～3年に第2680地区（兵庫）のガバナー、さらに2007年・2010年には、ロータリーの立法機関である規定審議会の地区代表議員、そして、2007年・2008年には、国際ロータリーの研修リーダーを務め、現在はロータリーの友委員会特別顧問ならびにロータリー日本100年史編纂委員会副委員長を務めています。

好きな言葉は、

- ・「道心の中に衣食（えじき）あり」（伝教大師最澄）…これは、ひたすら真実の道を求めてゆけば、衣食（着るものや食いもの）は、求めなくとも後からついてくる、といった意味の言葉です。
- ・次に「積善之家必有余慶 積不善之家必有余殃」（易経）…言葉どおり、善いことを積み重ねていくと、いずれ巡り巡って良いことが巡ってくる。善くないことを積み重ねると、いずれ巡り巡って悪い結果が巡ってくる、というような意味です。

好きな歌は、

- ・春は花 夏はととぎす 秋は月 冬雪冴えて すずしかりけり（道元禪師）  
これは1968年に川端康成が日本人で初めてノーベル文学賞を受賞したときに、ストックホルムで「美しい日本の私—その序説」と題した受賞記念講演のなかで、「日本人のこころ」として、真っ先に披露した道元禪師による「本来の面目」と題した和歌です。

もう1首は、

- ・ねがはくは花の下にて春死なむ その如月の 望月のころ（西行）

桜をこよなく愛した西行には、桜を詠んだ歌が230首あるそうです。旧暦の如月の望月のころ（2月16日前後）というのは今の3月の下旬ころにあたり、西行は、満開の山桜の花が音もなくさらさらと散ってくる、まさにそのころに亡くなつたそうです。ちなみにその前日の2月15日は釈迦の命日でした。

嫌いなことは、争いごと？（弁護士業！？）です。弁護士にも闘争心の旺盛な弁護士がありますが、私は争いごとを苦手にしております。名は体を表すと言いますが、名前も、安平和彦で、上から読むと、「安全で平和な男」となります。でも弁護士を生業としておりますので、やむを得ず、いやいや争い事にも関与しています。

## 私とRYLA

私は、第3回RYLA（1981年3月）にロータリアンとして初参加しました。35歳の時でした。そして、第4回RYLA（1982年3月）ではカウンセラーを務めました。今回は37回目のRYLAです。私も今年は71歳・古稀を過ぎてしましました。人生は長いと思っていても、いつの間にか歳を取ってしまうものです。

古代インドのバラモン（カーストの最上級の司祭者階層）では、マヌの法典で、人生を四住期というように区分しているそうです。まず、学生期（がくしょうき）（0～24歳）は、師についてベーダ（バラモンの聖典）を学ぶ時期、次の家住期（かじゅうき）（25～49歳）は、結婚して家庭を持って仕事に励む時期、そして林住期（りんじゅうき）（50～74歳）になれば、家を出て林に移り住んで自分自身を見つめる時期、最後の遊行期（ゆぎょうき）（75～90歳）は、財産も何もかも捨てて死に場所を求める時期、としています。私はすでに林住期に入っています。仕事を卒業してどこかで独り自分と向き合うべき時期に達しているわけですが、なかなか

かそうはいきません。

また、中国では四神（しじん）思想というのがあって、青龍・朱雀・白虎・玄武の4聖獸にちなんで、人生を同じように、青春・朱夏・白秋・玄冬の4つの時期に区分しているそうです。

## 「少年老いやすく学なりがたし」

ご承知のように、これは朱熹（朱子）の「偶成」という詩に出てくるものです。もっとも最近では朱熹の作ではないとの説もあるようですが、

少年易老学難成

少年老い易く学成り難し

一寸光陰不可輕

一寸の光陰軽んすべからず

未覚池塘春草夢

未だ覚めず池塘春草（ちとうしゅんそ  
う）の夢

階前梧葉已秋声

階前の梧葉（ごよう）已（すで）に秋声

「池塘春草の夢」というのは、「池のほとりの堤に萌え出する若草のような青春の夢」というような意味でありますし、「階前の梧葉」というのは、「階段の前の青桐の葉」という意味であります。甘ったるい青春の夢に浸っていると、はっと気が付いた時には、世はすでに青桐の葉が赤茶けて秋風に吹かれているよ、というような意味でしょうか。

## 「人生は苦である。」

…釈迦はこのように言いました。

すなわち、「四苦八苦」の四苦とは、生老病死（四苦）、すなわち生まれ出する苦しみ、そして誰でも老いてしまう苦しみ、そしてやがては病を得て苦しみ、ついには死に直面する苦しみ、これらの四つの苦しみを言います。

それだけでなく、「愛別離苦」…すなわちどんなに愛し合っていてもいはずれは別れなくてはならない苦しみ、「求不得苦」…求めても求めても得られない苦しみ、「怨憎会苦」…恨み憎

んでいる者とも会わなければならぬ苦しみ、「五陰盛苦」…そして人生すべてが常に苦しみである、というようなものがあります。これらを合わせて、「四苦八苦」と言いますが、まさに自分ではどうしようもない苦があるのです。

五木寛之は、「人は出生につき、国も地域も、もっと言えば家族も選べない。人間というものは、自分の意思とは無関係にこの世界に押し出されてくる。われわれは自分の意思や努力、愛や誠意などとは無関係にこの世に生まれて來るのである。」と言っています。まさにあなた方は、自分の意思とは関係なく、そのようにしてこの世に押し出されてきたのです。しかしながら、人間は過去を選ぶことはできませんが、未来を選び変えることはできるのです。

そのような中で、20世紀末に自分の意思でなく生まれ、21世紀を生きてゆかねばならないあなた方。あなた方は21世紀をどう生きていくのでしょうか？

そのことを考える前に、では20世紀はどんな時代であったのか、振り返ってみましょう。

### 20世紀はどんな時代であったのか？

#### ・戦争の時代

帝国主義と二つの世界大戦がありました。第2次世界大戦後は「冷戦」と呼ばれる時代となり、資本主義と社会主义の激しい対立が生まれました。

そして、1989年にベルリンの壁が崩壊しましたが、同じ年に天安門事件もありました。そしてその後も、冷戦後の地域紛争（民族・宗教と地域紛争）が治まることはありません。

また20世紀は、人間が初めて「核」を持つに至った世紀でもありました。

また、地球環境問題が深刻化し、メディアと情報の世紀（インターネットによるネットワーク）と呼ばれる高度情報化社会・IT革命の始まった世紀でした。

- このような中、日本は急速に高齢化が進み、1970年に高齢化社会（65歳以上 7.1%）に突入し、1995年には高齢社会（同 14.5%）に入りました。ちなみに、65歳以上の高齢者が人口に占める割合が7～14%に達すれば「高齢化社会」、14～21%に達すると「高齢社会」、21%を超えると「超高齢社会」と呼ばれるそうです。

ところで、第2次大戦中、ナチスによる民族浄化という名目で、アウシュビッツなどの多くの強制収容所で数百万人のユダヤ人が虐殺されました。ホロコーストと呼ばれています。殺された人の正確な数は不明ですが、400万人とか600万人とか800万人とか言われています。このことは我々人類としては絶対に忘れてはならない出来事だと思います。

またカンボジアでは、ポルポト率いるクメール・ルージュにより、人口800万人足らずの国で、1975年4月からわずか4年間で、知識階級を中心に200～300万人の人が殺害されました。私のガバナー時代に、カンボジアの片田舎に日本から小学校を寄付しましたが、その折にプノンペン郊外にあるトゥール・スレン元刑務所（元高等学校の校舎）を訪れました。そこでは、教室を改造した獄舎を横1メートル余り、縦2メートル程度に区切った狭い独房に粗末な鉄製のベッドがあり、手枷・足枷が鎖でベッドにつながれておりました。ここでは、1万4,000人が拷問の末に虐殺され、頭蓋骨（どくろ）でカンボジアの地図が描かれておりました。

狂気と言わざるを得ませんが、いったい人間というものは何処まで残酷になれるのか？ 暗澹たる気持ちにさせられました。

### 21世紀はどんな時代になるのか？

それでは21世紀はどのような時代になるのでしょうか？

- 少し予想してみるだけでも、
- 人口問題、地球環境・資源問題、格差・貧困

## 問題などより深刻化

- ・また、テロの時代？という指摘もあります。まさに21世紀に入った途端の2001年9月11日にアメリカで同時多発テロがあり、3,000人以上の人人が亡くなりました。最近でもフランス・ベルギー・イラク等での無差別テロが実行されています。
- ・科学技術の発達、とくに生命科学・バイオ・テクノロジー・生殖医学の発達がより進む世纪でしょう。特に生命科学、生殖医学の進歩は、我々の人生観・倫理観に影響することは必至です。そしてこのような中で、一夫一婦制の崩壊など、家族のあり方も大きく変容を迫られることは間違いないありません。
- ・IT革命がますます進展し、AI（人工頭脳）があらゆるところで人間に代わるでしょう。
- ・また、一瞬で世界中との取引が可能になるなど、経済のグローバル化がますます進むでしょう。
- ・そんな中で、日本は2007年に超高齢社会（65歳以上 21.5%）に入りました。  
ひょっとしたら、21世紀は、混沌の時代が続くかもしれません。

今回のRYLAで、

- ・野呂和美氏は、「私の“想像しての創造人生”」と題して、自己実現を果たすための自らの人生を振り返っての話をされ、
- ・大南信也氏は、「神山プロジェクト」～創造的過疎から考える地方創生～と題して、四国の片田舎における多様性あふれる人が集う創造地域『せかいのかみやまづくり』を披露していただきました。本当に四国の山で囲まれた片田舎の地方創生の素晴らしい企画をお話しいただきました。
- ・そして、菊池守氏は、日本の医療におけるunmet needs 日本初 足の総合病院と題して、香川県出身、大阪大学医学部卒業・外国への留学を経て、平成28年に日本初の足の病院・下北沢病院を開設したことを語っていただきました。

## 世界と日本の人口

ところで、世界の人口は、国連による推計によれば、次のようになります。

なお、（ ）内は、10億人が増えるに要した年数です。

1802年	10億人
1927年	20億人（25年）
1961年	30億人（34年）
1974年	40億人（13年）
1987年	50億人（13年）
1998年	60億人（11年）
2011年	70億人（13年）
2013年	72億人
2025年	81億人
2050年	97億3,000万人
2056年	100億人超え
2100年	112億1,000万人

となっています。

参考に、中国の人口（国連予想）は、

2015年	13億7,605万人
2020年	14億285万人
2025年	14億1,487万人
2030年	14億1,555万人（ピーク）
2035年	14億832万人
2040年	13億9,471万人
2050年	13億4,806万人
2060年	12億7,676万人
2070年	11億9,753万人
2080年	11億2,257万人
2090年	10億5,507万人
2100年	10億439万人

と推測され、2030年にピークを迎えた人口は、急速に減少に転ずると予想されています。とくに、若年者ならびに15歳～64歳の減少が大きいと予測されています。

一方、インドの人口は、

2015年	13億1,105万人
2020年	13億8,886万人

2025年	14億6,163万人	(中国を逆転)
2030年	15億2,766万人	
2035年	15億8,535万人	
2040年	16億3,373万人	
2050年	17億533万人	
2060年	17億4,518万人	
2070年	17億5,360万人	(ピーク)
2080年	17億3,715万人	
2090年	17億407万人	
2100年	16億5,979万人	

と予想され、2025年にインドが中国を逆転しますが、高齢者比率が次第に増加すると予想されています。

ところで、日本の人口の推移は、

1945年	7,199.8万人
1950年	8,411.5万人
1960年	9,430.2万人
1970年	1億466.5万人
1980年	1億1,706万人
1990年	1億2,361.1万人
2000年	1億2,696.2万人

2010年	1億2,805.8万人
2015年	1億2,709万人
	(65歳以上の高齢者26.6%)
2065年	8,808万人

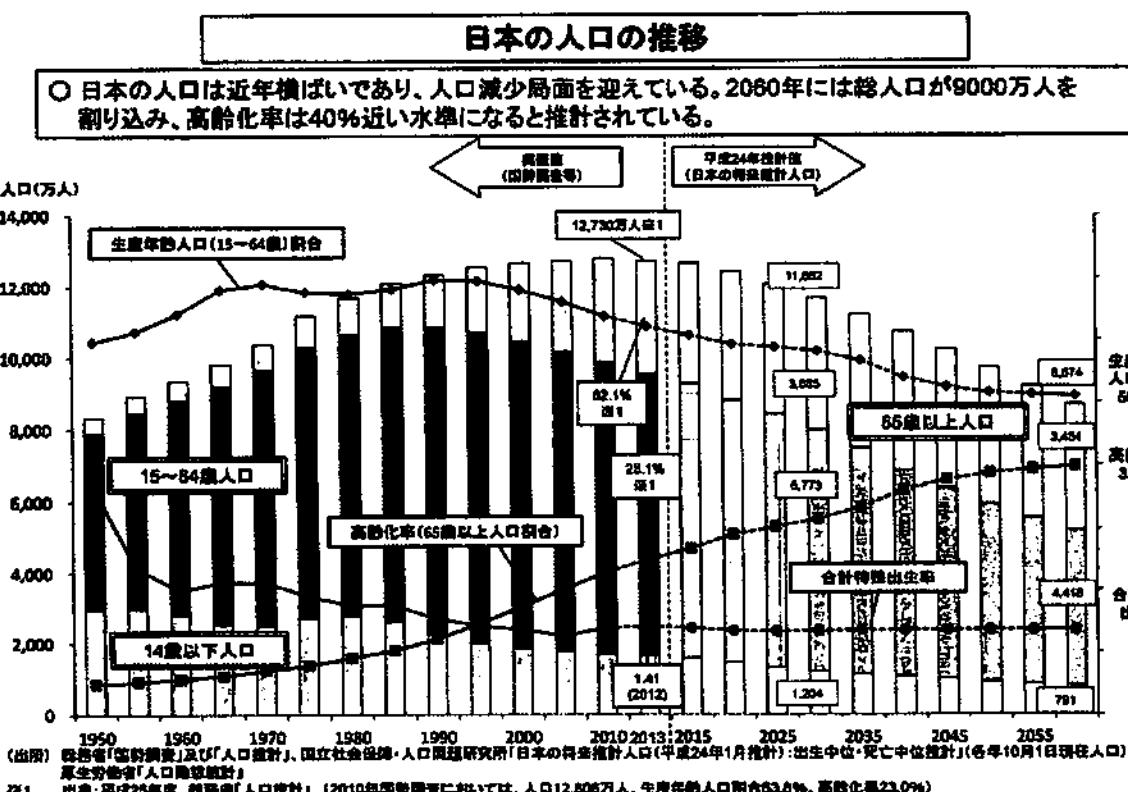
(65歳以上の高齢者38.4%厚労省推計)となると推定されています。

なお、一人の女性が生涯に出産する合計特殊出生率(2000年～2014年)は平均1.348であります、2065年の推計では、1.44と少し改善される見込みとされています。

なお、平均自然増減数(2010年～2014年)(出生数から死亡数を差し引いた数値)は、毎年21万1,000人のマイナスとなっています。

これをグラフで示すとこのようになります。

少しありにくくて恐縮ですが、真ん中の15～64歳人口に注目してほしいと思います。生産年齢人口である15～64歳人口は、2013年には全人口の62.1%であります、2025年には全人口の58.1%に減少し、これに対して非生産年齢である65歳以上の人口の割合は、25.1%から31.6%に増加します。また、同じく非生産年齢



である14歳以下の人口は2025年には10.3%と予想されていますので、結局、2025年には、58.1%の人間が、41.9%の人間を養っていかねばなりません。これが2060年になりますと、50.9%の生産年齢の人間が、39.9%の高齢者と9.1%の若年者を養っていかねばならないと予測されています。つまり、2060年には、一人の生産年齢にある人間が一人の非生産年齢の人間を養っていかねばならないということです。そして、2025年から2060年にかけての時代は、まさにあなた方の時代なのです。覚悟はできていますか？

## 2025年問題

2025年問題というのがあります。すなわち、2025年までに日本の人口は700万人減少し、15～64歳の生産年齢人口は7,000万人に減少し、他方、65歳以上の高齢者は3,500万人を突破すると予想されています。

さらに、2025年には、団塊の世代が75歳を超えて後期高齢者となり、国民の3人に1人が65歳以上、5人に1人が75歳以上という、人類がかつて経験したことのない「超・超高齢化社会」が到来します。

この結果、

労働者人口が減少するため、外国人労働者の受け入れへの動き、

高齢者の一人暮らし世帯の増加

認知症高齢者（要介護）の増加

医療福祉の人材確保

医療保険財政がパンク

年金制度の破たん

などの問題が指摘され、これらに対する対処の必要性が指摘されています。

## 持続可能性（Sustainability）について

ところで、現在の先進国に住む我々は、豊かさの中で育ち、豊かさに慣れ、あふれるような豊かさの中で暮らしておりますが、未来に向けて人類が生存していくためには、「持続可能性」

を考える必要があります。

この持続可能性（Sustainability）という概念は、1987年に「国連環境と開発に関する委員会」（通称ブルンブラント委員会）が出した報告書「Our Common Future（我々共通の未来）」がきっかけであり、同書の中で、「Sustainable Development（持続可能な発展）」が人類の課題として取り上げられたのです。

すなわち、「Sustainable Development」とは、「将来世代のニーズに応える能力を損なうことなく、現在世代のニーズを満たす発展」と定義されています。そしてこの概念は、「地球環境資源の有限性を認めながらも、人類の発展は可能」という、両立可能性を示した概念として、広く受け入れられるようになりました。

その後、1992年のブラジルのリオで開催された地球サミットでは、「人類共通の目的として、現在の経済成長至上主義を、地球の生態系に配慮した（すなわち地球の環境容量に配慮した）発展に転換しなければならない」ということを合意し、さらに、1997年の「京都議定書」では、地球温暖化防止のために、世界の主たる先進国は、温室効果ガスの排出量を「絶対量」で減少させることに合意し、主要な排出源である化石燃料資源の使用削減の必要性があること、すなわち、①無制限な化石燃料の使用は、人類の持続可能性のためには認められないこと、②資源には持続可能な使用量（適正規模）があることが確認されました。

その後、「持続可能性」という言葉は、「地球環境の持続可能性」という意味だけでなく、「人間の社会経済システムの持続可能性」も含まれるという認識、すなわち、地球環境の崩壊の危険だけでなく、地球規模での貧富の差の拡大と悪化する途上国の貧困問題という人間社会のひずみが、人類社会の存続を脅かす可能性があることが強く認識されるようになりました。

2000年9月の国連ミレニアム宣言では、次の

ように、21世紀の国際社会の目標として、2015年までに達成すべき8つの具体的な目標と18のターゲットを定め、この中で、貧困と教育・ジェンダーの平等など、途上国の基本的人権の確立に密接に関係するテーマが優先課題とされました。

### ミレニアム開発目標

(Millennium Development Goals)

#### 目標1：極度の貧困と飢餓の撲滅

##### ターゲット1

2015年までに1日1ドル（のち1.25ドル）未満で生活する人口比率を半減させる。（達成）

##### ターゲット2

2015年までに飢餓に苦しむ人口の割合を半減させる。（達成）

#### 目標2：普遍的初等教育の達成

##### ターゲット3

2015年までに全ての子どもが男女の区別なく初等教育の全課程を修了できるようになる。（未達成）

#### 目標3：ジェンダーの平等の推進と女性の地位向上

##### ターゲット4

初等・中等教育における男女格差の解消を2005年までには達成し、2015年までに全ての教育レベルにおける男女格差を解消する。（達成）

#### 目標4：幼児死亡率の削減

##### ターゲット5

2015年までに5歳未満幼児の死亡率を3分の2減少させる。（未達成）

#### 目標5：妊娠婦の健康の改善

##### ターゲット6

2015年までに妊娠婦の死亡率を4分の3減少させる。（未達成）

#### 目標6：HIV／エイズ、マラリア、その他の疾病の蔓延防止

##### ターゲット7

HIV／エイズの蔓延を2015年までに阻止

し、その後減少させる。（達成）

##### ターゲット8

マラリア及びその他の主要な疾病的発生を2015年までに阻止し、その後発生率を下げる。（達成）

#### 目標7：環境の持続可能性の確保

##### ターゲット9

持続可能な開発の原則を各国の政策や戦略に反映させ、環境資源の喪失を阻止し、回復を図る。（未達成）

##### ターゲット10

2015年までに、安全な飲料水と基礎的な衛生施設を継続的に利用できない人々の割合を半減する。（一部未達成）

##### ターゲット11

2020年までに、最低1億人のスラム居住者の生活を大幅に改善する。（達成）

#### 目標8：開発のためのグローバル・パートナーシップの推進

##### ターゲット12

開放的で、ルールに基づいた、予測可能でかつ差別のない貿易及び金融システムのさらなる構築を推進する。（良い統治《グッドガバナンス》、開発及び貧困削減に対する国内及び国際的な公約を含む）

##### ターゲット13

後発開発途上国（LDC）の特別なニーズに取り組む①LDCからの輸入品に対する無関税・無枠、②重債務貧困諸国（HPC）に対する債務救済及び二国間債務の帳消しのための拡大プログラム、③貧困削減に取り組む諸国に対するより寛大なODAの提供を含む）

##### ターゲット14

内陸国及び小島嶼開発途上国の特別なニーズに取り組む。（バルバドス・プログラム及び第22回国連総会の規程に基づき）

##### ターゲット15

国内及び国際的な措置を通じて、開発途

上国の債務問題に包括的に取り組み、債務を長期的に持続可能なものとする。

#### ターゲット16

開発途上国と協力し、適切で生産性のある仕事を若者に提供するための戦略を策定・実施する。

#### ターゲット17

製薬会社と協力し、開発途上国において、人々が安価で必須医薬を入手・利用できるようにする。

#### ターゲット18

民間セクターと協力し、特に情報・通信分野の新技術による利益が得られるようになる。

出所) UNDP『ミレニアム開発目標』

仮訳：UNDP東京事務所

2002年8月作成 2005年6月改訂

その後、2002年ヨハネスブルグ地球サミットでも、持続可能な発展のためには、環境面の取り組みだけでなく、南北問題・貧困問題という経済社会的な課題の克服が不可欠であることがあらためて確認されています。

このように、現在の国際社会での共通認識としては、「持続可能な発展とは、地球の有限性を前提とし、南北間格差の縮小と貧困問題の同時解消を目指した発展のことである。」とされています。

### ナチュラル・ステップの4条件

ところで、スウェーデンの医学者カール・ヘンリック・ロペール博士が、次のようなナチュラル・ステップの4つのシステム条件を唱えました。

1) 自然の中で地殻から掘り出した物質の濃度が増え続けない。

鉱物は地殻の中にゆっくりとしたプロセスで定着していくが、それに相当する以上の石油・石炭・金属・リンなどの鉱物を掘

り出さないということ。企業や自治体にとってこの条件の意味することは、製造や消費のすべてのプロセスにおいて、計画的なスクラップと再生可能な資源を原料として利用するという変革である。

2) 自然の中で人間社会の作り出した物質の濃度が増え続けない。

社会が生産したものすべて、すなわち望ましい製品も、排煙汚染や下水などのように望ましくないものを含めて、社会の技術による循環があるいは自然の循環によって新しい資源として再生されるペース内で生産・排出すること。そのためには資源の利用を極力節約し、PCBやフロン、塩素、パラフィンのような生分解しにくく自然にとって異質な物質はすべて除去しなくてはならない。

3) 自然が物理的な方法で劣化しない。

アスファルト化、砂漠化、塩化、耕地の浸食などの人為的な原因による土壌面積の不毛化を止めること。企業にとっては、できる限り土地面積を効率よく利用し、企業自身の恒久基幹施設に対する必要度の吟味をはじめとして、開発によって生産性のある緑地に与える影響を考慮することが必要になる。

4) 人々が自らの基本的ニーズを満たそうとする行動を妨げる状況を作り出してはならない。

社会が資源を利用するに際して、条件1から3に収めるためには、真剣に資源節約という精神で効率的かつ公平に利用しなければならない。そのためには社会のあらゆる局面において、人間のニーズを満たし、かつ資源を節約するもっと洗練された方法・技術を求める努力をしなくてはならない。同時に富める国と貧しい国の不公平な資源配分も避けるべきである。

出所) 国際NGO ナチュラル・ステップ

インターナショナルHP

## CSRについて

ここで参考に、最近よく言われているCSR (corporate social responsibility) についても触れておきます。

CSRとは、「持続可能な社会の実現のために果たすべき企業の社会的責任」のことであり、人類が絶滅せずに21世紀を生き抜くために企業としての果たすべき責任のことですが、同時に企業自身の持続的発展につながるという意味を有しており、キーワードは、社会と企業の双方の持続的発展 (sustainable development) なのです。

すなわち、CSRとは、企業の活動そのものが社会に与える影響に責任を持ち、あらゆるステークホルダー（利害関係者：顧客や取引先、株主、従業員や労働組合、地域住民など）に対して適切な責任を持ち、持続可能な社会を作つて行こうということであり、すなわち、企業経営の根幹において、企業の自発的活動として企業自らの永続性を実現するとともに、持続可能な社会をともに築いていく活動であり、一言でいふと「本業を通じた、社会と企業の双方の持続可能性の同時追求」なのです。

そしてこれらの延長上で、ISO26000（組織の社会的責任に関する国際規格・2010年11月）が制定されました。

すなわち、ISO26000は、「組織の持続可能な発展に貢献するために、世界最大の国際標準化機関ISOによって、マルチステークホルダー・プロセスにより開発された、あらゆる種類の組織に適用可能な社会的責任に関する初の包括的・詳細なガイダンス文書」であります。ISO 26000の規格化には、消費者・政府・産業界・労働組合・NGO・その他の有識者から幅広いステークホルダーが参加しました（マルチステークホルダー・プロセス）。また、途上国やCSR関連の国際団体からの参加も多く、参加99カ国、参加者の合計は470人に及んだと言われています。

ISO26000の構成としては、

SR（社会的責任）を果たすための7つの原則 (Seven principles of social responsibility) として、

- 1 説明責任 (Accountability)
- 2 透明性 (Transparency)
- 3 倫理的な行動 (Ethical behavior)
- 4 ステークホルダーの利害の尊重 (Respect for stakeholder interests)
- 5 法の支配の尊重 (Respect for rule of law)
- 6 国際行動規範の尊重 (Respect for international norms of behavior)
- 7 人権の尊重 (respect for human rights)

また、SRの中核主題および課題としては、

- 1 組織統治 (organizational governance)
- 2 人権 (human rights)
- 3 労働慣行 (labor practices)
- 4 環境 (the environment)
- 5 公正な事業慣行 (fair operating practices)
- 6 消費者課題 (consumer issues)
- 7 コミュニティ参画及び開発 (community involvement and development)

を掲げています。

## ロータリーの夢と人生

このような状況下で、あなた方は21世紀を如何に生きるべきでしょうか？

私には、あなた方に指示することができる確たることはできませんが、参考にして欲しいことがあります。それは、ロータリーの先輩たちが私たちに教えてくれたものです。それは、ロータリーの夢である「世界理解と親善・平和の実現」であり、「貧困と飢餓の撲滅」であり、「ボリオの撲滅」であり、何よりも「職業倫理の確立」と「青少年の健全育成」などです。

ロータリーには、ロータリーの目的（綱領）というものがあります。すなわち、次のとおりです。

#### ロータリーの目的（綱領）

ロータリーの目的は、意義ある事業の基礎として奉仕の理念を奨励し、これを育むことにある。具体的には、次の各項を奨励することにある；

- 第1 知り合いを広めることによって奉仕の機会とすること；
- 第2 職業上の高い倫理基準を保ち、役立つ仕事をすべて価値あるものと認識し、社会に奉仕する機会としてロータリアン各自の職業を高潔なものにすること；
- 第3 ロータリアン一人一人が、個人として、また事業及び社会生活において、日々、奉仕の理念を実践すること；
- 第4 奉仕の理念で結ばれた職業人が、世界的ネットワークを通じて、国際理解、親善、平和を推進すること。

#### OBJECT OF ROTARY

The Object of Rotary is to encourage and foster the ideal of service as basis of worthy enterprise and, in particular, to encourage and foster :

- First. The development of acquaintance as an opportunity for service;
- Second. High ethical standards in business and professions; the recognition of the worthiness of all useful occupations; and the dignifying of each Rotarian's occupation as an opportunity to serve society;
- Third. The application of the ideal of service in each Rotarian's personal, business, and community life;
- Fourth. The advancement of international understanding, goodwill, and peace through a world fellowship of business and professional persons united

in the ideal of service.

ちなみに、ロータリーの第一標語（モットー）は、「Service Above Self 超我の奉仕」でありますし、国際ロータリーの使命としては、「職業人と地域社会のリーダーのネットワークを通じて、人々に奉仕し、高潔さを奨励し、世界理解、親善、平和を推進することである」としています。

また、ロータリーの中核的価値観としては、奉仕（Service）、親睦（Fellowship）、多様性（Diversity）、高潔性（Integrity）、リーダーシップ（Leadership）を掲げています。

それでは「ロータリー」とはいったい何なんでしょうか？ 決議23-34の第1条は、次のように言っています。

“ロータリーは、基本的には、ひとつの人生哲学であり、それは利己的な欲求と義務およびこれに伴う他人のために奉仕したいという感情との間に常に存在する矛盾を和らげようとするものである。この哲学は、－「超我の奉仕」の哲学であり、これは「最もよく奉仕する者、最も多く報いられる」という実践的な倫理原則に基づくものである。”

「Fundamentally, Rotary is a philosophy of life that undertakes to reconcile the ever present conflict between the desire to profit for one's self and the duty and consequent impulse to serve others. This philosophy is the philosophy of service – "Service Above Self" – and is based on the practical ethical principle that "He profits most Who serves best"」

すなわち、我々ロータリアンにとって、「ロータリー」というのは、ひとつの「人生哲学」であり、それは「利己と利他の調和」の哲学なのです。

## 四つのテスト

そこで、これらの奉仕哲学の具体的実践例のひとつとして、まず最初に、ロータリーが大変大切にしている「四つのテスト」について述べてみたいと思います。これは、1931年にハーバート・ティラー (Herbert J. Taylor) が、倒産寸前のアルミ食器会社の再建のために考え、実践したスローガンであります。

ティラーは、1931年に「クラブ・アルミニウム社」の再建を引き受けました。当時のクラブ・アルミニウム社は、従業員250人を擁するそれなりの規模の会社でしたが、経済恐慌のあおりで破産状態（40万ドルの借金）に陥っていました。

当時のアルミ食器業界の現状は大変厳しく、如何にすれば、再建が可能になるかを考えたティラーは、6週間の沈思黙考の結果、次の24単語による社是を考案しました。それが以下の「4つのテスト」です。

### The Four-Way Test

Of the things we think, say or do  
Is it the TRUTH ?  
Is it Fair to all concerned ?  
Will it build GOODWILL and BETTER FRIENDSHIPS ?  
Will it be BENEFICIAL to all concerned ?

### 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

ティラーは、まず自分で実行し、次に、会社の四部門担当の重役に、それぞれの信条に反しないことを確認したうえで、全従業員に発表して実行段階に入りました。

彼は、まず、自社の全商品の宣伝広告文に、

「最上級の表現と他社製品より優位する表現」を禁止しました（誇大広告・虚偽広告の禁止）。そして、宣伝の内容としては、当該商品の特徴と長所短所を忠実に述べさせるようにしました（真実の開示）。そしてこれがクラブ・アルミニウム社の経営方針となりました。

ちょうどその頃、印刷物を発注するための競争入札を行ったところ、ある業者が他の業者より格段に低い破格の金額で落札しました。ところがその業者は、その後に見積計算に500ドルの計算間違いを発見したのです。業者は自己責任であるとして損失を覚悟しましたが、その事実をクラブ・アルミニウム社の重役に伝えました。これを受けて開かれたクラブ・アルミニウム社の役員会では意見が分かれました。会社の資金繰りも楽ではない状態にありました。

最初に発言した役員は、「業者側に落ち度があり、われわれに落ち度がない以上、価格を増額してやる必要はないのではないか。」これに対して、もう一人の役員が「それはそうだが、それでは四つのテストの第2（Fairかどうか）に違反することにならないか。」（相手のミスに乗じるのはFairではないのではないか）。これを聞いた最初の役員が、「そうだった。私の発言を取り消して、500ドルを増額することを提案します。」と提案し、満場一致で500ドルを増額することが決まったというのです。

このことが、まもなく社の内外に伝わり、取引先や消費者に大変高い評価を受け、従業員だけでなく、従業員の家族や関係業者等も希望を持って仕事に励みました。そして、5年後には、再建に当たっての新たな6,100ドルの借り入れも、前からの40万ドルの借金もすべて返済し、15年後には100万ドルの配当金を株主に対して支払うことができるようになったのです。

ハーバート・ティラーは、その後、1954年に国際ロータリーの会長に就任し、「四つのテスト」の版権をRIに譲渡し、自らのターゲットにこれを掲げて全世界のロータリアンを唱導しました。

## 売れ残りのレインコート

次に、第2の具体例として、バーシー・ホジソンの「奉仕こそわがつとめ」の中の「売れ残りのレインコート」の例をご紹介します。

イリノイ州のあるデパートで、社長が新入りの広告宣伝部員に言いました。「ねえ、君。わが社には売れ残りのレインコートがたっぷりとあるんだ。店晒し品だが、中には新品同様の物もある。これを格安の値段で捌いてしまいたいのだ。捌けなければ、川にでも流してしまうより仕方ないだろう。」

新入りの広告宣伝部員は、「社長、わかりました。任せてください」と胸をたたきました。翌朝、新聞を開いた社長は、思わずくわえ煙草を落としそうになりました。そこには、でかでかと広告が載っていました。

曰く、「当社には売れ残りのレインコートがたっぷりあります。店晒し品ですが、中には新品同様の物もあります。当社は、これを格安の値段でお分けいたします。捌けなければ、川にでも流してしまうより仕方がありません。」

社長は、頭にかっと血が上って、「あの野郎、わが社の赤恥をさらしあって。行ってたたき出してくれる。」と、真っ赤な顔で会社に駆けつけました。折から通りかかった重役が「社長、いったい、どうしたんですか？」と尋ねると、社長は、「君い！ あの新聞広告を見たかね！ わが社の赤恥をさらけ出しあって。今から、たたき出してくれる！」と言いました。ところが、重役は、「でもね社長、レインコートは開店後30分でみんな売り切れたのですよ。売り場では、客の混雑で大変でした。」と報告したのでした。

客は、何を買ったのでしょうか？ レインコート？ もちろんレインコートも買いましたが、客は、限りなき率直さ、正直さを買ったに違いありません。

## 日本の伝統的実業倫理

次に、日本の伝統的実業倫理として、近江商人の「三方良し」の商人道と二宮尊徳の報徳思想を紹介します。他にも、石田梅岩の「石門心学」や渋沢栄一の「論語と算盤」なども大変参考になる思想です。

まず、近江商人の「三方よし」の商人道ですが、彼らは、商いの基本は、「売り手よし」「買い手よし」の、売り手・買い手双方の満足（win-winの関係）ということのほかに、「世間よし」として、その取引が世間に認められ、社会全体の幸福につながる倫理に適った商いをすること、すなわち「三方よし」（win-win-winの関係）が商売の秘訣である。このことが、行商先の顧客の間に「信用」という目に見えない財産を築いていき、家業を未来永劫に存続させていくのだ。」と言い、顧客満足を高めることこそ、家業永続のもとになる（sustainable development 持続可能な発展）と主張したのです。

次に、二宮尊徳の「報徳」の教えについて紹介します。

彼は、道徳経済一元論（道徳と経済の融和・両立）を主張し、「経済を忘れた道徳は寝言である。道徳を忘れた経済は罪悪である。私利私欲に走るのではなく社会に貢献すれば、いずれ自らに還元される。」と主張しました。

「二宮翁夜話（やわ）」の中に、彼が箱根湯本の温泉場で弟子たちに説いた「湯舟の話」があります。彼は、「湯舟の一方から温かい湯が流れ込んで来たら、誰だって自分のほうに搔き寄せたくなるであろう。だけど、いくら搔き寄せたって、その湯はお前の傍らを通って向こうの方に去って行ってしまうではないか。そうではないに、温かい湯が流れ込んで来たら、その湯を人の方に押してあげなさい。そうすればその湯は相手を温めて、いずれお前の方に巡り帰ってくるではないか」というのです。

すなわち、

「たとえればこの湯舟の湯の如し。これを手にて己が方に搔けば、湯わが方に来るがごとなれども、みな向こうの方に流れ帰るなり。これを向こうの方へ押す時は、湯向こうの方へ行くがごとなれどもまたわが方へ流れ帰る。少しく押せば少しく帰り、強く押せば強く帰る。これ天理なり。それ仁と言い、義と言うは、向こうへ押す時の名なり。わが方へ搔く時は、不仁となり不義となる。」「人体の組み立てを見るがよい。人の手は自分の方へ向いて自分に便利に出来ているが、また向こうにも押すことが出来る。これが人道のもとだ。鳥や獸の手は、人と違って、ただ自分の方へ向いて自分に便利に出来ているだけだ。人たるものは、他人のために押す道がある。それなのに自分の方へ手を向けて、他人のために押すことを忘れるのは、人にして人ではない。即ち禽獸である。恥ずかしいことではないか。ただ恥ずかしいばかりでなく、天理に反するから、遂には滅亡する。だから私は、常に奪うことには益はなく、譲ることには益がある。譲ることには益があり、奪うことには益はない。これが天理である。よくよく味わって欲しい。」と言っております。

これらの日本の伝統的実業倫理は、優れて因縁論の世界を説き、目先の利益に目がくらんで破滅に至ることの愚かさを説いたのであります。

翻つて、近年の職業倫理の退廃は目を覆いたくなるものがあります。たとえば、少し古くなりますが、三菱自工の欠陥隠し・中央青山監査法人の粉飾決算加担事件・耐震強度偽装事件や、雪印食品・日本フード・ダスキン・ミートホープ・比内鶏・船場吉兆・青森県果工・三笠フーズなどの食品関係会社の不祥事や原料産地偽装等々がありました。雪印食品・日本フード・中央青山監査法人は会社が消滅し、船場吉兆も結局は破産に至り、従業員は解雇になりました。また、姉歯被告は懲役5年の実刑になりましたし、ミートホープと比内鶏では経営者がいずれも不正競争防止法違反で4年の実刑とな

りました。

それどころか、ごく最近でも、賞味切れ食品の横流しやマンションの杭打ち不正、三菱自動車の検査データー不正、東洋ゴム工業の耐震試験データー不正などなど、企業の不正は後を絶ちません。

いったい、日本人の正直さは何処に行つたのでしょうか？ われわれの小さいときは、何も言わなくても、“悪いことをするとお天道さんが見ているぞ”と言われたものです。また、坂東武者は、「名こそ惜しけれ」として、“恥ずかしいことをするな”と言い、常に自己を律することによって、他人を大切にすることができるのだと言いました。これが日本人の伝統的精神ではないですか。

### 人生は因縁因果の世界

私は、つくづく「人生は因縁因果の世界」と思うのです。前に言ったように、易経には、「積善之家必有余慶 積不善之家必有余殃」とありますし、「善因善果 悪因悪果」という類似の言葉もあります。また、伝教大師最澄は、「道心の中に衣食あり」と言っておりまし、日蓮上人は、「人に物を施せば、我が身の助けとなる。たとえば、人のために火を灯せば我が前明らかになるが如し」(食物三徳御書)、すなわち、「暗い夜道で難渋している人がいればその人のために明かりをさしかけてあげなさい。そうすれば、さしかけているあなた自身の足元も明るく照らされるでしょう」と言うのであります。

さらに、道元禅師は、「愚人思わくは、利他を先にすれば、みずからが利はぶかれぬべしと。しかにはあらざるなり。利行は一法なり。あまねく自他を利するなり。」(自利利他一行)と言っています。すなわち、愚かな人は、人のために施すと、自分の利益がなくなってしまうと考えるが、そうではないのだ。人のためにすることは自分のためになるのだ、というので

す。昔から「情けは人のためならず」という諺があり、最近間違って解釈されていますが、このことわざの趣旨は、人に情けをかけるのは、人のためでなく、巡り巡って自分に還ってくるのだから自分のためにするのだ」という意味なのです。

皆さんは、「布施」という言葉を知っていると思いますが、「布施」は「布施行」と言って、仏道修行者が実践しなければならない行、すなわち六波羅蜜（布施・持戒・忍辱・精進・禪定・智慧）の修行の第一とされるべき「行」なのです。「行」ということは、自分に還ってくることを意味します。したがって、布施は、布施をさせていただくことが行なのです。ボランティアも同じです。「人にしてあげる、してやるという」気持ちではなく、その行為は、いずれ巡り巡って自分に還り、自分の人生を明るく照らすのだということ、つまりボランティアも、「人に奉仕させていただく」といった謙虚な気持ちですることが必要だと思うのです。

エドワード・カーペンター（英國 1844～1929）という人が、次のように言っています。

「一つ一つの行いにあなたのそいだ愛の報いを求めてはならない。もし、愛の報いを期待すると、それでお終いになる。そうでなく、愛を目的にあらゆる行いをしなさい。そうしたときは、今求めているものが最後に手に入るのだ。そのことが、はるか昔の思い出になった頃、あなたのもとには、誰も奪っていくことの出来ない永久不滅の財産が残っていることであろう。」

### ロータリーがRYLAセミナーを実施している意味

38年前（1979年）に第1回のRYLAを開催したとき、まだまだ日本は豊かな国ではありませんでした。学生たちには学園紛争の余韻が残っていました。受講生たちは、ロータリアンを含めた

大人たちに不信感を抱いていました。そのころに、今井鎮雄元RI理事と深川純一パストガバナー、そして四国の梶浦パストガバナーが、「青年たちに、より高いリーダーシップを備えてほしい」としてこのRYLAを始めたのです。

飽食の時代、豊かな時代に育ったあなた方は、今回のオープニング・パーティなんかなんとも思わないと思いますが、あなた方と違って、当時の参加受講生たちは、まだ貧乏でした。その彼らが、「豪華な」オープニング・パーティに目を見張り、お酒も飲んでもいいよと言われ、参加費もロータリーが全部負担するよということにびっくりして、まるで思想教育でもされるのではないか、との疑心暗鬼に陥りました。ところが、最終日には、彼らは、“今まで大人たちを信用してこなかったが、このRYLAに関わっているロータリアンだけは信用する”と言ったそうです。

そうなんです。このRYLAは、講師の先生方の有意義な講演と、思索の時間・バズセッション・フォーラム・カウンシルファイヤー、そしてキャビンタイムでの互いの語り合いを通じて、あなた方にロータリーの思いと夢を伝えたい、リーダーとしてのより高い心構えを養ってほしい、という思いで続けているのです。

人生は決して長くはありません。どんなに元気な人も、やがては肉体も衰え、百歳まで生きるのは至難の業です。あなた方は今は若いですから、この先の長い人生において、人生というものがどんなに素晴らしい贈り物をあなた方にもたらしてくれるか、と期待しているかもしれません。しかし、そうではないのです。あなた自身が自らを変えていく努力をしなければ何も生まれてこないので。「蒔かぬ種は生えない」のです。あなた自身がこれからどう生きるかが問われているのです。

あのアウシュビッツ収容所に収容されたユダヤ人精神科医のビクトール・フランクルが「夜と霧」という感動的な作品を残しています。そ

の中で、あのアウシュビッツの収容所の中での、明日はガス室行きか、それとも明後日かという、将来に何の希望も持てない絶望的な状況の下で、自らの命を絶ってしまった人たちさえもおりました。そのような絶望的な極限状況の中で、フランクルが生き延びることができたのは、ひょっとして明日解放されるのではないかなどと、残された人生に何かを期待しては絶望するのではなく、人生から（神から）問われた者としての自分を意識したとき、すなわち、そのような極限状況のなかで、「お前は今何をなすべきか」という問いを人生から（神から）投げかけられているのだ、と発想を転換したときだと言っております。

いろいろと僭越な話をしてきましたが、最後

に、

「たとえ明日が世界の終わりだとしても、今日は私はリンゴの木を植える」

というマルティン・ルターの言葉を披露し、

そして、食堂の前の礎石に刻んであります、

“人と出会い

神と交わり

愛の火のもえるところ”

という、この余島に掛けられた故今井鎮雄元RI理事の想いを、皆さんにも共有していただきたいと願って、この講義の終わりと致します。

受講生の皆さん方の今後のご健闘を、心より祈念致します。

ご清聴ありがとうございました。

# 参加者感想文

■ ■ ■ A 班 ■ ■ ■



Rotary RYLA

## 第39回 RYLAセミナー

2017.5.18～5.21 於.神戸YMCA余島野外活動センター  
主催: RI第2680地区・RI第2670地区 RYLA委員会



### ◆ カウンセラー 北川 博崇

「ありがとう」今回皆と出会い過ごした4日間！この言葉で感想文を書き出したいと思います。

初めて会った木曜日、不安一杯の皆の顔。私も緊張で押し潰されそうでした。

少しづつ打ち解けあっていく姿をみて安心と楽しみが増しました。

なぜ「ありがとう」が第一声だったのか？今回は皆と同じ様に私自身も大きく成長出来たのではないかと思う4日間だったからです。

共に悩み、共に楽しんだ4日間でした。

カウンセラーとして十分だったかと言う反省はあります。班全体をみながら一人一人との出会いも大切にさせてもらいたい、その気持ちで接し楽しませてもらいました。

和哉、迅人、和也、洋一朗、剛、恭輔、迅、佑太、羅喜、桃、亜梨子、聖佳、万理子、そして阿部ママ。本当にありがとうございます。そしてこれか

らも、よろしくお願ひします。

### ◆ カウンセラー 阿部 真弓

今年39回RYLAセミナーの4回目のカウンセラーを担当いたしました。毎回のRYLAで受けれる刺激は新しいことだけです。

毎回、同じプログラムが行われているにもかかわらずカウンセラーとして受講生の皆様と接する方法は様々です。どんな受講生と出会えるのか、楽しみはばかりしません。

老子の有名な言葉で、理想のリーダー像があります。「理想の指導者というのは、ただ、その人がいるということを知っているだけでいい。」と言う。空気であるべし、と言っているのです。カウンセラーはその班で空気のような存在で、そっと見守り続け、そして班がゆっくりでも、急速にでも動き始めた事を確認し、空気のような存在に徹する、受講生にRYLAセミ

ナーを受講して良かったと、感じていただければ、こんなにうれしいことはありません。A班受講生の皆様、どんな感想をお持ちですか？RYLAでの経験を今後の人生においての1ページに加え、貴重な体験であったと思っていただければ幸いです。

### ●久保 和也

結論から述べると、普段、特に20代後半ではなかなかできない経験ができ、大変有意義だった。

講義では、大南様、菊池様の話が特に印象に残った。大南様の神山町の話は、実際に私はクローズアップ現代で見たことがあり、テレビで実際にお話されていた方の生の講義を見ることができ感銘を受けた。神山町の話もそうだが、アイデアキラーの撃退法の話は特に面白かった。できない理由ではなく、できる理由を考え、とにかく始めることが大事だということをお聞きし、今自分に一番足りないものではないかと思った。

菊池様のお話は、話し方も面白く聞きやすかった。それに、足から様々な病気がわかるとお聞きし、自分の健康状態が不十分であり、ご教授いただいたストレッチをぜひ実践したいと思った。

この4日間、仲間とも楽しい思い出がたくさんできた。特に夜にお酒を飲みながら話をしたり、フォーラムのための話し合い、フォーラムで実際に発表したことは、いい思い出になった。寸劇の練習で笑いを誘えたことも嬉しかった。

こういう機会がもっと人生で欲しいし、今回の経験を今後に活かしていきたい。今後は自分から今回学んだリーダーシップを發揮し、自分から周りの人に関わり、様々なことを考えていきたい。

今回、このような機会を下さり本当にありがとうございました。

### ●重田 万理子

私は、今回美馬RCさんに推薦して頂き参加させてもらいました。初めての事で島についてプログラムが始まるまでは、不安が大きかったです。

今回のRYLAセミナーを通して私は、たくさんの刺激を受けました。普段では経験する事のできない事をたくさん経験させていただきました。全く知らない、年齢、出身全てがバラバラの方たちと出会い、生活をして今の自分に足りない物や無い物を再発見しました。又、たくさんの事を学ばせていただきました。普通では、体験のできない事をさせていただいてとても感謝しています。

これからは、今回の経験、体験を元にして前に進んでいきたいと思います。

ありがとうございました。

今後とも、よろしくお願ひいたします。

### ●一鷹 桃

私が参加したきっかけは、松山RCの米山さんに電話を頂いた事がきっかけです。それまでRYLAとはどんなものかは知っていたけど仕事の都合等で行けないだろうなと思っていました。しかし今回偶然が重なり参加に至りました。学友会の方に色々お話を聞いたりして想像をふくらませたり不安になったりしながら当日を迎えました。いつものローターアクトの活動よりも密度が濃く、例会でも提案してみたい事ばかりでした。また、一番はやはり人との出会いだと感じます。今回スポンサーになって頂いたRCのある相生の事はこのRYLAが無かつたら一生知らないままだったと思うし、同じ地区のアクトの方と同班になり、おそらくRYLAと一緒にになってなければずっと話さなかつたと思います。育った高知県から来ていた方もたくさん居て地元トークで盛り上がりいました。積極的になれないシーンばかりだったと感じるので、また機会があればぜひ参加したいです。

### ● 金 義喜

余島でのRYLAセミナーはとても充実した時間でした。最初は知らぬ人々との付き合いをすこし負担に感じていました。しかし一つの課題について話し合い、お互いの考えを理解し、考え方の一一致(理解)を目指していく過程を通して、ふかい付き合いができるようになっていったのは、非常に有意義な経験であったと思います。

また、4つの講義もそれぞれ新しい問い合わせをしてくれたと思います。これから新しいスタートに向き合うとき、必要なのは何か、考える貴重な話でした。今までの自分の物事の考え方に対しても改めて考え直すきっかけになったと思います。

また、とても印象深く感じたのは、このセミナーを後ろから支える人々でした。けっして前から引っ張るのではなかったです。一つのリーダーの素質として人を支えることの意味を考える時間でした。3泊4日、ありがとうございました。今後ともよろしくお願ひします！

### ● 北出 聖佳

今回RYLAセミナーにはじめて参加させていただきましたが、早かったような長かったような、いざれにせよ濃密な4日間を過ごすことができました。ここへ来る前は、ロータリークラブの名前を聞いたことはありましたが、何をしている団体なのかは全く知らず、少し恐怖感といいますか緊張感を抱きながら参加を決めました。4日間を終えて、本当に様々な出会いはもちろんのこと、あらゆる思考を巡らすことができ、自分の人生を改めて見つめ直すことができました。カウンシルファイヤーの冒頭でお話しされていたチベット文化圏の「レー」という町。大学時代の卒業論文のテーマの調査で1か月ほど滞在し、そこを訪れてから私の人生はガラッと変わりました。そういう意味で、今ある暮らしの原点回帰ができたような不思議な感覚です。

運営側の方には、妊娠中ということもあり、たくさん気遣いやサポートをして頂き、本当に

助かりました。ありがとうございました！

### ● 鎌田 恒輔

今回RYLAセミナーに参加するにあたり私は、楽しみにしつつ少しの不安を持ってこの余島にきました。余島に着いたとき最初に思ったのは、なにもない島で4日間もしらない人達と生活しなければならないのかという不安でした。そして、不安をよそに時間はたち班分けが始まりました。班員の最初の印象は、みんな自分より歳は上だし話しにくいと思っていました。しかし、班員の人たちはフレンドリーに接してくれて、最初の印象はいつのまにかなくなっていました。余島で過ごした時間にはすべてに意味があったと思うし、私生活では絶対にあじわえない貴重な体験ができました。特にカウンシルファイヤーでは、大勢がいるのにもかかわらず静かに燃える炎はすごく幻想的で、いろいろと考えさせられました。

最後にRYLAセミナーに参加することで今まで見えていなかった自分が見えたりと貴重な体験ができとても良かったと思います。

### ● 廣瀬 剛

今まで生きてきた中で、この4日間は一番濃い時間でした。初めは、本当に変われるだろうかとか、輪の中に入り込めるだろうかと不安な気持ちでしたが、余計な心配でした。A班全員、そして北さん阿部ママもアットホームで、とても居心地が良かったです。今まで人との関わり方に悩んでいましたが、結局自分が閉じていただけだったとこのセミナーを通して感じました。そして、1人の意見も大切ですが、みんなの意見をぶつけ合うことはもっと大切だと思いました。今まで一つの物事に対してとことん向き合ったことはありませんでした。例え答えは無くても気づいたこと、気づかされたことがたくさんありました。あらゆる角度から物事を見る大切さを知りました。

きっかけはちょっとした事でしたが、何かが導いてくれた縁だと思いますので大切にしたい

です。4日間本当にありがとうございました。

### ● 廣岡 和哉

まず、今回のRYLAセミナーに参加する機会を与えてくださった篠山RCの方々、セミナーを運営するにあたり尽力いただいたロータリアンの方々、学友会の方々、そしてこの4日間家族のように時間を共にしたカウンセラーのパパ、ママ、A班の皆さん、本当にありがとうございました。この4日間は私の人生の中でもかけがえのない、とても貴重な体験になることと思います。

生まれ育ち年齢、職業も違う初対面の班員と過ごした4日間。私は年長者でありながら皆さんに多くの事を教えてもらい、気付かされました。“世界は広い”と。普段の固まつた人間関係の暮らしの中では得ることのできない新鮮で貴重な体験。これがこれから的生活の中で、いつかは分かりませんが活かされる時が来ると思います。

今回のRYLAセミナーに参加でき、貴重な体験ができたこと、まさしく感謝の気持ちでいっぱいです。ありがとうございました。

### ● 中垣 遼人

私はRYLAセミナーで、今までより自分に自信がつきました。初日は、今までに会ったことの無い人と4日間寝食をともにすることに、緊張と不安を感じていました。しかし、キャビンタイムやバズセッションで、自分の事、仕事の



事、他にもたくさんのこと語り合い、一つのテーマに対してじっくりと意見を交わし合ううちに、自然に打ち解け合うことができました。私は今まででは集団の中で活発に自分の意見を出すことがありませんでした。「自分の意見が正しいかはわからないし、言ってもダメだろう」と、自分に自信がないせいで、自分の意見を伝えることができませんでした。しかし、今回のバズセッションで、「正解や不正解ではなく、他人と同じでも、しっかりと自分の意見を言うことが大切だ。」と言われ、勇気を出して自分の意見を伝えることができました。年齢や職業も全く違う人々と語り合い、仲間になれたこのRYLAセミナーを私は一生忘れません。

### ● 山名 洋一朗

この度、RYLAセミナーに参加するにあたり、私はロータリーやRYLAに関する知識を何も持っていました。ロータリアンである父の勧めで参加させていただきましたが、ロータリーという組織やその活動への知識、またRYLAで生活をともにした仲間とのつながりなど、様々なものを得ることができた、非常に実りの大きい日々でした。すばらしい講師の方々から、その人生観や哲学、また活動する上でそれぞれの手法や考え方を聞かせて頂き、将来自分が活動する上で取り入れたいと思われるものも多々ありました。また、フォーラムに向けて班員と行ったディスカッションでは、当初自分がテーマに対して考えた答えとは全く違う着地をしましたが、それに至る過程で意見を交換しあい、一つの形にしていく作業の中で、自身が班に所属している意識や意義を感じることができました。

今回、セミナーで得たものを、今後の人生に活かして頑張りたいと思います。ありがとうございました。

### ● 下村 亜梨子

あっという間の3泊4日のセミナー、私なりの言葉で一言で表すと「感謝」でした。普段よ

りロータリーと密接に関わることの多い私でも、RYLAセミナーについてはほとんど知識のないまま、余島の地に降り立ち、初めて出会った仲間と同じ目的を持って過ごした4日間は感動的でした。本日の最終日を迎えて、かけがえのない仲間との時間を振りかえると沢山の愛や協力、そして奉仕の心を同志、ロータリアン、スタッフの皆様より頂いていたように感じます。朝まで語り合い、互いに分かちあい、一つになった心を他人に伝えられたフォーラムはきっと今後も忘れることなく、いつの日か自身の助けになる信じています。様々な人に出会い、異業種の方々の貴重な話を聴き、自分自身を改めて見つめなおすことのできた濃密な4日間を過ごすチャンスを与えて下さったロータリーハー、そして何より大好きな仲間への「感謝」の詰まったセミナーとなりました。有難うございました。

### ● 河原 佑太

RYLAセミナーに参加する事が決まってから、ワクワクした期待という気持ちよりも不安や心配の方が強かった。正直、行きたくなかったが、銀波から渡船に乗り、余島についたときにはワクワクに変化していた。その後の班分けは心の底から大きな運に恵まれたと思っている。今回の中で、たくさんの講師の方のお話はもちろん私自身の考え方や人間性に大きく影響を与えて下さり生きることを真剣に見直すことができたが、それ以上に私に雷のような衝撃を与えたのが、同じ班の仲間たちである。最も私

が感動したのが、それぞれ自分自身の人生に大きな目的を持って生きているということである。志とも言うのかもしれないが、自分の命をどう使うのか本気で考え日々生きていることが、私自身に刺激と感動を与えてくれた。このRYLAセミナーで大きく見る景色が広がり、なんとなくから、こうしたいに変化した。北さん、阿部ママ、A班のみんな、心から感謝しております。

### ● 森山 迅

このRYLAセミナーでは、とても有意義な時間が過ごせました。このように、様々な年代、職業、境遇の方と寝食を共にする機会は今後無いと思います。私自身、1つのテーマに対して、あそこまで真剣に議論し合った経験が無かったため非常に新鮮でした。議論をするうちに、班員の仲が深まり、より充実したセミナーになったなと実感しました。わずか、3泊4日の研修であったのにもかかわらず、まるで昔からの友人であるかのような錯覚に陥るほど、濃密な時間を過ごせたと思います。また、このセミナーを受講したことにより、自分自身が一皮も二皮もむけて、成長したように感じます。

最後になりましたが、こんな貴重な体験をさせて頂いた、鴨島ロータリーの皆さん、また、充実したセミナーにするために様々なサポートをして下さった、ガバナー、ロータリアン、学友会、カウンセラーの皆さん、本当にありがとうございました。

## ■ ■ ■ B 班 ■ ■ ■



Rotary RYLA 第39回 RYLAセミナー  
2017.5.18~5.21 於.神戸YMCA余島野外活動センター  
主催: RI第2680地区・RI第2670地区 RYLA委員会

## ◆ カウンセラー 田中 賢一

この4日間、皆さんと一緒に過ごせて、本当に充実していました。

- ・三宅さん～統率力。素晴らしい発表でした。  
最終日に皆さんにした話も感動しました。また飲みに行きましょう。
- ・小倉さん～可能性のかたまり。みんなのアイドルでしたね。いつまでもきれいな目でいて下さい。
- ・深澤さん～みんなを楽しませる人。周りが笑いでつつまれていましたね。福祉の現場を明るくして下さい。
- ・大原さん～言葉に説得力がある人。大原さんの言葉にはみんな耳を傾けていました。細やかな気遣いありがとうございます。
- ・野崎さん～人を引っ張っていける人。みんなを引っ張っていましたね。これからも生徒を導いていって下さい。
- ・上野さん～表現できる人。上野さんの年齢で

上野さんほど自分を客観視し、語れる人はいないと思います。上野さんの新しい絵を見たいです。

- ・甲坂さん～創造者。甲坂さんは、今の自分に満足していないと思います。甲坂さんは、きっと新しいことができる人だと思います。
- ・庄さん～探求者。何でも好奇心をもってとりくめる人。人と話をすることを楽しめる人。これからの研究の充実を祈念しています。
- ・江見さん～言葉の力強さ。江見さんの発表はとても力強かったです。また伊丹でお会いできるのが楽しみです。
- ・柴田さん～優しさ。人を1人1人として見られる人。1人1人を大切にできる人。きっとあたたかい建築ができると思います。
- ・坂出さん～しなやかな人。一挙手一投足が美

しい人。考え方がしなやかで柔軟だったと思います。

- ・山内さん～人に楽しみを与えられる人。山内さんの周りには人の和ができていきましたね。みんなの人気者。これからも一緒に勉強しましょうね。
- ・吉村さん～新しい意見が言える人。みんな吉村さんの意見に注目していましたね。いろんなことにチャレンジして下さい。

皆さんから私自身が影響を受けました。皆さん、1人1人がリーダーであることを忘れないで下さい。「身を擲げよ」。私が大好きな今井先生の言葉です。皆さん、周りの人に愛をもって接することのできるリーダーになって下さい。これからもお互いがんばりましょう。

#### ◆ カウンセラー 横井 裕恵

余島という緑あふれる大自然の中、青い空、青い海、小鳥の鳴き声、さわやかな風、まっ赤な太陽、こもれび、名も知らない小さな花、満天の星空…こんな自然の中で初めてカウンセラーとして参加させていただきました。

私自身、カウンセラーというよりは、受講生の一員として参加者と同じような体験をさせていただいたと感じています。カウンセラーとして何も出来てなかったんじゃないかと反省しています。

本番をむかえるまで、いろいろな方から、RYLAの様子をお伺いしておりましたが、実際に目の前で受講生たちの笑顔、目の輝き、発言、行動が、少しずつ変わってくるのを見て、本当にすごい!! 皆さんの言っていたのはこの事なんだと実感させていただきました。仕事を離れ4日間、自分自身のことも振り返れる時間でした。オープニングパーティー、キャンビンタイム…このプログラムだからこそ、この自然の中だからこそ、このような体験が出来るんだと思います。

途中いろいろな方にも声を掛けていただき勇気づけられました。

このRYLAという事業をもっともっと広めて、もっともっと多くの方に知っていただき体験していただきたいと思います。

今回出会えた全ての方に感謝しています。ありがとうございました。

#### ● 上野 雄志

僕はRYLAに来る前は、自分にこのような機会が与えられることが不思議でなりませんでした。自分は元々、内向的な人間で自分に自信がまったくありませんでした。そんな自分がこのセミナーに行っていいのか、浮いてしまわないかと不安に思っていました。

しかし、RYLAセミナーが終わった今はこの様な機会が与えられたことに心から感謝しています。

余島の美しい自然の中で自分とはまったく違った価値観、業種、年齢の方達と触れ合い、討論して、普段の生活では生まれることのない強い繋がりも刺激を受けました。

特に、自分と同じくらいの年頃の子が自分が諦めた大夢を臆することなく語っていたことに衝撃を受けました。すごいなという気持ちと悔しいという思いを受けました。思索の時間では自分の進むべき道を改めて考えることができ、これからへの熱い思いを灯った気がします。

このRYLAセミナーの経験は僕の人生に大きく影響すると思います。絶対に忘れられない思い出になりました。本当にありがとうございました。

#### ● 深澤 真

今回のRYLAセミナーに参加するにあたり、期待と不安を持っていましたが4日間終えてみると想像以上の素晴らしい体験の連続で本当に貴重な時間を過ごさせて頂きました。ロータリーとは、RYLAとは何かという所からスタートしましたが、講演やバズセッション、レクリエーションなどを通じ「行動すること」の大切さを強く感じ、ロータリーの理念を身を持って体験することができました。今回、リーダーシッ

普というものを深く学ぶことができましたが、そのリーダーシップを会社ではもちろん外の世界でもしっかりと發揮することが必要なのだと感じました。社内では組織の目的をチームで達成するため、外では平和な社会の実現を目指すため行動する必要があることを学びました。またその中で、常に奉仕の精神を持つことの大切さも学びました。見返りを求める奉仕（行動）していくことが、いつか自分に実のある物として返ってくるということを学ぶことができたので、明日から職場で、外でそのことを意識して行動するよう心がけたいと思います。

沢山の仲間と出会い、大きな刺激を受けることのできたRYLAセミナーを支えて頂いたロータリアンの皆様、学友会の皆様、そしてカウンセラーのパパ、ママに深く感謝申し上げます。本当にありがとうございました。

### ●野崎 達也

今回のRYLAセミナーを体験させてもらう中で、自分に何ができたのかを考えています。出会ったメンバーは本当に楽しく、常に笑い合える人達だったと思っています。このメンバーに自分は何か与えるものがあったのか、常に与えられているのではないかと今、振り返ってそのように感じています。

セミナー自体は神山プロジェクトが非常にインパクトが強く、何かが起こるように準備をしていくという発想がとても心に残りました。職業柄、どうしても道（レール）を作ってしまいがちなのですが、準備ができていれば、まずやらせ、そこから多方面へ展開させることが可能なのだなということを知り、現場に戻っても、この発想を取り入れていってみたいと思っています。セミナーやメンバーと出会えた、この時間をこれから忘れません。むしろ忘れたくありません。最後になりましたが、田中パパ、横井ママ、この3泊4日本当にお世話になりました。ありがとうございました。

### ●小倉 陸

今回RYLAセミナーに年齢ギリギリで参加させて頂きありがとうございました。

3泊4日のセミナーの中で一番印象に残っていることは、班内でのバズセッションです。何故、このことが印象に残っているかと言うとメンバーの一人一人の話が面白い、かつ非常に深い考えを持っていました。そんな方が集まれば、話し合いは非常にハイレベルなものとなり、僕は議論についていくのが精一杯で、あまり発言をすることができませんでした。そんな中僕はメンバーの方一人一人にどのようにしたら喋れるようになるのかということをこっそり相談しました。そうするとメンバーの方々は親身になって相談にのってくれ、どうしたら喋れる、とにかく口に出してみようと言って下さったり、発言の時に「陸どうや?」と聞いてくれたりしたのでとてもありがたかったです。もし次にこの様な機会があるのならば、今回のセミナーの経験を生かし、積極的に意見をだしていきたいと思います。

### ●甲坂 勇希

まつぼっくりを火の中に投げると、消えようとしていた小さな火が息を吹き返した。一人、また一人と想いのこもった手紙を添えたまつぼっくりが大きな炎へと変わっていました。

RYLAに参加した仲間は前向きで強い想いを持っている人ばかりだった。多様性や価値観の違いはあるけど、前向きな想いは変わらず、その想いが一つになって炎が大きく天に向かっているようだった。

私はリーダーとして、このようなみんなの想いを誰かに届けられるようなリーダーになりたいと思った。これから時代、あらゆる多様性を持った仲間と話し合いをする機会が増えるはずだ。発言の得意な人、苦手な人、考えるのが好きな人…。色々な人がいるがどんな人でも前向きな想いを持っている。例え小さな声であっても、その声を拾って、みんなに伝えることのできるリーダーになりたい。組み木からこぼれ

---

たまつぼっくりを拾って火の中に入れてあげられる人になりたい。

### ● 坂出 麻奈

私のRYLAセミナーでの一番の収穫は、今までの友人とは違い、議論ができる仲間ができた事です。もっとお喋りしたかったと思う事以上に、もっと話し合いをしたかった。皆の意見を聞きたかったと思える仲間に出会えたのはとても貴重でした。

初日のお話の中で、帰る時には皆の表情が違うものになるという話があり、私もそうなるのだろうかと半信半疑でした。それは今、全てのプログラムを終えた今でもその思いは変わりません。けれども、この4日間共にすごした仲間の表情を見ると、皆変わっている事を感じ取ることができました。ですので、この仲間たちと、同じものを築いてきた自分もきっと同様に表情が変わって見えるのだと思います。

行く前は不安ばかりだったのですが、今はこのような場に私を参加させて下さった皆様に感謝をしています。ありがとうございました。

### ● 吉村 清香

私がRYLAセミナーの中での課題としていたことが二つありました。それは自分の意見を相手に伝えることと人の環の中に入り関係を築いていくことです。班として十数人いる中で意見を言う、また思っていることを伝えることは非常に難しく、また年齢経験関係なくできる人がいて本当に素晴らしいなと感じました。私が班員として、これからを担っていく者として自分の価値って一体何だろうと大変自分自身の人生について考えさせられました。

バズセッションの際、大変言葉は拙く上手に言えませんでしたが、内に秘めていることを素直に言えてきちんと伝えた、そんなささいなことが小さな自信となりました。話を振られたときにしか言えなかったことが反省です。自ら発信していくことが次に必要であると感じました。

また人の環の中に入る点では、班の中ではあまり率先して意見を言えなかったので、いてもいなくても同じだったのかを感じることがありました。しかし、研修を通し、また振り返ってみた時に当たり前ですが一人一人の個性や役割が違っていて、皆が協力して一つとなっていくことに大きな力となるということが心で実感できました。

今まで感じない人や自然を通してたくさんの愛を感じた期間でした。本当に感謝しています。この満たされた愛をどうか周りに伝え私も誰かに愛を満たしていけるようにこれからも努めていきたいと思います。

本当にありがとうございました。

### ● 柴田 英里

今回RYLAセミナーで余島に来ることができたこと、参加させていただいたことに、深く感謝しています。初めは余島に来るときは不安が95%占めており、ワクワク感が一握りでした。余島は海と山があり、夜になると満天の星空、お風呂場の注意書きには虫さんへの配慮が書かれており、自然豊かでなんていいところなんだと感じました。全く知らない人達と3泊4日共に生活し、少しづつ打ち解けてくる感覚や仲間意識が芽生える感覚がわかつていった。

初日の講義で黒田先生が、ロータリーの目的は、知り合いを広め、奉仕の機会を広めること、価値判断として自分なりの意見や考えを言うこと、必ず反対意見があること、人の意見を聞い



て反芻することを教えて頂きました。キャビンタイムで班分けをし、その後のオープニングパーティーでB班の距離が少し少し縮まったと感じました。

2日間の講義もどれも興味深く、普段生活しているだけでは中々お聞きできないお話をばかりで、野呂先生からは「運動」という漢字は運を動かすと書くので、行動することによって目の前が開けてくることを学び、大南先生は文化・芸術の観点から考えて、神山町の地域活性化に取り組まれていることを、前々からされていたのだと驚きと共に感動しました。菊池先生からは足は纖細だが強いことを学び、もっと足を大切にしようと思いました。レクリエーションでは答えがないこと、どれも正解でプロセスが大事なことを学びました。バズセッションでは、様々な価値観があり、それぞれの考え方があり大人数で1つの意見を出すことは困難であるが、1人1人がリーダーシップを持って自主的になることで、議論が深まり、多様な意見を共有し、答えを導く中での話し合いが大切であること、答えがないことを学びました。フォーラムでも、安行先生から、全て答えであることなど、本当に勉強になるお話をばかりで、たくさん学ばせて頂きました。見る目線で立場によって変化し伝えることが大切だと学びました。

### ● 庄 旭紅

とても有意義で楽しかった4日間を過ごすことができて、B班の仲間達とパパ、ママに感謝致します。今まで博士課程を修了して、海外で研究を続けるために研究と勉強の生活をして来ましたが、将来に対して不安定を感じて、非常にストレスがたまっています。そして、ここに来た初日の自己紹介の時も、私と同い年の方が皆結婚し、幸せな家族を持っていることがわかつて、自分の人生にも不安を感じていました。

しかし、ここでの4日間は毎日余島の美しさに感動させられます。B班の仲間といろいろ話ができる、彼（女）らから大変勉強になりました。余島が毎日すばらしい景色を見せていま

す。B班の皆さんも毎日努力しています。そのため、私も平凡のままで人生を終りたくない。必ず夢を諦めず、必死に頑張ります。

思索の時間の時、決意しました。私は根気を持って夢をかなえます。これから5年間を人生を変える5年間にします！ ここから新しいスタートになります。

また、B班の若い人の中に、将来のことを迷う子がいました。私は「birthdayさんと神さん（早坂）に夢を見つけたら、失敗を恐れず頑張ってください」と言いました。そして「夢は必ずかないます」と言いたいのですが、このことを自分の5年間の努力で回答したいです。皆とFacebookを通じて、これからも毎年つながりを大切にしたいです。

### ● 三宅 崇穂

上田先生より「行く？」といって頂いたところからスタートしました。何をするのか、服装は？ 全て？が不安でいっぱいでした。今は違います。来てよかったです。同じ班になった方、みんなをまとめようと頑張っている人や自分の悩みを相談したり将来の夢を持っていたり、では自分は？ 何があるのか？ 最後の晩に、それぞれ1人1人が一番印象に残った人は？という問い合わせを全員しました。そこではじめて周りが見れていないかった事に気付き、最年長であるにも拘らずなさけなく思いました。せめて、今後皆の為になる事を言おうとしましたが、正直うまくいったとは言えませんでした。それを年下の人達が上手に悩みを聞いて導いている姿を見て、自分は未熟な人間だと感じました。今後は自分の事だけに必死にならず奉仕の精神を高めます。残念なのはもっと1人1人と同じく語り合ったなあと、自分にしか出来ないアドバイスもあったのかなあと感じています。

4日間ありがとうございました。宝物にします。

## ● 江見 久瑠美

私は今回RYLAセミナーに参加して印象に残ったことが2つあります。

まず1つ目は、参加者のほとんどが社会人であったことです。参加する前はもっと学生が多いかと思っていたので社会人ばかりとわかった時は驚いたのと、社会人と上手く話せるかとても不安になりました。しかし、それは杞憂で実際は皆さんいい人ばかりで話がとても楽な気持ちで出来ました。それに社会人の方は色々な業種の方が参加していたので、就活前にリアルな仕事の話等聞けていい機会になったと思いました。

そして2つ目は、3日目の夜、全ての行事が終わった後、キャビンで打ち上げをしていた時です。最初は普通にそれぞれ飲みながら雑談をしていたのですが、誰かが「印象に残った人を言いあおう」と言い、お互いに印象に残った人を言うことになりました。学生から社会人へ、また社会人から学生へ言いあっている時に段々ヒートアップてきて、いつの間にか社会人が後輩である学生にアドバイスをして学生は社会人を中心に悩みを聞いてもらう場に変わっていました。普段こんなセミナーのような年齢も業種も出身もなにもかも違う人たちがそれぞれを評価し、アドバイスし、悩みをうち明ける場は中々ないと思います。特に私はその場に社会人の方がいて話が聞けたというのは、偶然の場ではありましたが、貴重な体験になったと思いました。

以上2点が、私がRYLAセミナーで印象に残り、貴重な経験になったと感じたことです。

## ● 大原 弘麗

今回初めてこのRYLAセミナーに参加させて頂き、本当に良い経験になりました。

1点目は、様々な職種の講師による講義です。私が普段考えられないような切り口で、物事を考え仕事をされとても興味を引くことでした。プレゼン能力もすばらしく自分自身にとり

入れていきたいことも多くあり勉強になりました。

2点目は、バズセッションです。1つのテーマに対しB班全員で意見交換を行い、チーム全体の意見をまとめるものの難しさ、個々の意見をうまく引き出すものの難しさ、そのことによる楽しさを感じることができました。チームの方々は年下の方が多数いましたが、すばらしい考え方や、行動力を持った方々が多く感化されました。

このセミナーを明日からの仕事に生かしていく実践できてこそ、このセミナーに参加した意義があると思うのでもう一度、自分自身を振り返り仕事に邁進していきたいです。

## ● 山内 いのり

今回初めてRYLAに参加して、たった4日間でしたが、視野と人脈が広がり、自分自身を考え直し、これから生き方への考えが大きく変わりました。普段は出会うことのない人とこの余島で出会い、たくさんのことを見聞き、価値ある4日間でした。私は場所を問わず、人生の先輩の経験談を聞いたりして視野を広げるのにおもしろさを感じ、今回このような機会で出会い、共に生活し、セッションをすることで、いろんな側面で視野を広げることが出来、すごくおもしろかったです。もちろん講義も、普段の生活では絶対に聞くことの出来ない価値ある話を聞け、今までの自分とからの自分について考え直すことが出来ました。

私は今、子どものためにキャンプボランティアをしていますが、これからはもっと大きく誰かのために活動を行える自主性、チャレンジ精神、行動力を持つとう思います。今回出会えた仲間は私の人生の中で大きなインパクトを与えてくれました。その仲間を大切にしつつ、新しい出会いを求めてたくさんの方と繋がりたいです。4日間ありがとうございました。

## C 班



## ◆ カウンセラー 大政 裕志

今井鎮雄先生からの問い合わせ、「受講生は変わりましたか?」カウンセラーの役割の正解は? 目の前にいる彼らにとって何が最善か? ときに見守り、ときに促し、聴き、話し、笑い、泣き、与え、与えられ、共に成長していく。

そうRYLAは『共育ちの場』。

この3泊4日で、受講生(『CCC』)みんなの顔つき、取り組みも変わり、そしてチームとして、本当の意味で一つになれたと思う。今回もこの場で新たな縁を頂き、また学びを得ることができた。

最高のメンバー、裕子ママ、そして米山ディーンをはじめロータリアンの方々、学友のみなさんに心から感謝申し上げます。

「受講生は変わりましたか?」

この問い合わせに、心の中で「はい」と呟く。

## ◆ カウンセラー 富田 裕子

C班の皆さんへ

有意義だった3泊4日のRYLAセミナーが終わろうとしています。受講生の皆さんにとってはこのRYLAセミナーは文字通り未知との遭遇だったことでしょう。セミナーに参加するきっかけは必ずしも自発的な理由ではなかったかもしれませんのが、1人1人バラバラに集まった個人が開講まもなく班分けされいやおうもなく集団にされてしまします。実はその出会いこそがそれから奇跡が始まる序章だったと今実感しているはずですね。

C班の皆さんと出会えて、皆さんの目の色がどんどん変わっていく奇跡を目のあたりに見ることができました。Chance, Challenge, Change! その通りになりましたね。この出会いを大切に。素晴らしい可能性を秘めた自分自身を大切に。セミナーは終わりましたが人生は続いていきます。幸多い人生をお祈りします。

つたないカウンセラーでしたがおつき合い、本当にありがとう。感謝。感謝。

### ●三島 和也

「三島君ロータリーのセミナー行ってくれへん？」この言葉を事務長から聞いたとき、仕事休めるし行こか！ぐらいの軽い気持ちで参加を決めました。送られて来た資料を見てビックリ!? 日程表は横文字だらけ、不安一杯で当日を迎える、海を渡り、班が決まり、日常生活を初対面の何のゆかりもない人々と3泊4日…。結果的には、参加して本当に良かったと感じています。考え方の違いをぶつけ合ったり、セミナーを通じ答えのない答えを考えたりし、人間は百人百様！意見をまとめる難しさを感じました。また、カウンシルファイアーや思索の時間等、他人と向き合うのではなく自分自身と向き合う時間もあり、普段出来ない貴重な体験が出来、一周り変化した自分になった様な気がしています。変な動機で参加したRYLAセミナーですが、自分改革になりました。推薦していただいた、前田理事長を始めお世話になった方々にお礼申し上げます。

貴重な体験ありがとう！余島ありがとう！

### ●田中 有美

このセミナーの2日目に思索の時間が設けられていて自分自身を見つめ直す時間があったように、このセミナーが自分を見つめ直す機会となったとこの最終日にして思う。それは、年代や置かれた環境が違うグループの中に入つて、他の班員と話す中で、他の班員から色々なコメントをきいて分かった。学生の集団の中で普段いることが多いので、その点で色々な事を教えて頂いた。そして年齢や状況が違う人達であっても自分の班員たちと友好関係を築けたことがうれしかった。RYLA学友は4日間の経験から、長い間にわたって同窓生として組織があるということは、RYLAセミナーは、すごいと思う。また、この余島で絶えず39年間このセミナーが続いているという歴史もすごいと思った。

そんなRYLAセミナーに参加できてよかったです。

### ●町田 翔貴

私はこのRYLAセミナーに参加して、人の意見や考え方を尊重すること、今の自分と3日前の自分の違いに気づくことができました。

初日に、私はこの島に来たとき知らない人だけで不安でした。また年齢層もバラバラで、話しかけることもできずただ時間が経つのを待っていました。すると、あっという間に班が決まり自己紹介が始まり、行動を共にし話したい一つ一つ答えを出し達成感を味わい、互いに称えあいとこの3日間で、色々な職種の方、年齢層の違う方とここまで深い関係になれるものなのかと驚きました。今の気持ちは、もっとゆっくりと皆の一人ひとりの話を聞きたい思いが強いです。あの時間いておけばよかったでは遅いんだと思います。

このセミナーでの経験を活かして1日1日を大切にし、自分がしたい気になるなということには行動をすることを習慣化できるようにします。社会人になり、型にはまり仕事をしている自分にだけはならないように幅広い視野、考えを持ち、他人を尊重することができる人になります。

### ●上野 誠一

このセミナーを通じて、大切な友達（仲間）ができ、その仲間と4日間という短い時間の



中、共に問い合わせ、たまには意見が合わず、とことん納得するまで話し合って自分たちの答えを出していくことが良かったと思います。

講師の方々の興味深い講演や、思索の時間、レクリエーション、全てが新鮮で今までの自分を見つめ直すことが出来ました。

バズセッションについては正直どうなるか心配でしたが、CCC班全員の力が見事に合わさった最高の発表資料が出来たと思います。

今後については、RYLAセミナーで学んだ事を生かし、自分の未来を創造し、リーダーとしての資質をもっと高めていき、自社の営業マンを引っ張っていく様にしていきます。最後にゆうパパ、ヒラリーには本当にお世話になり有難うございました。CCC班でいつか集まりましょう！ また、関係者の皆様にも心から感謝申し上げます。ありがとうございました。

### ● 藤原 周平

今回、RYLAセミナーに参加して、学生の方を含めた多様な職種、多彩な年齢層の方々と共に提示された1つのテーマ・目標について考え、議論を重ねました。普段接することのない職種である初対面の方々との議論は多くの感性や思想が混在していたため、意見の食い違いも発生しました。一方で、自分と異なる考え方、感じ方をどのように受け入れて議論を進展させていくのかを学ぶことができました。今まででは議論を早く終えることを目的に話を進めることができた経験上多かったですが、今回はカウンセラーの方々の助力もあり、チームとしての答えを見つけるための議論をすることができました。これまでには経験したことのない議論ができ、とても新鮮な時間でした。

今回のセミナーでは講師の先生方の講義でも議論を上手に進めるためのヒントを学ぶことができ、学びの多い3泊4日でした。会社でも実践していきたいと思います。

### ● 真鍋 迅

僕は、第39回RYLAセミナーに参加して自分

なりに成長出来たと感じています。バズセッションやレクリエーションの時に、周りの年上のメンバー・同年代のメンバーから、様々な意見を聞きました。メンバー全員が自分の意見を持ち、主張し合っている姿を見て僕も少し焦りや引け目を感じ、少しずつでも変わるべきだと思いました。そのおかげもあり、フォーラムの準備では話し合いや製作に協力出来ました。発表は成功し、良い事・悪い事について理解が深まりました。また、「リーダーシップに必要な事」についても自分なりの考えを持てるようになりました。A・B・C・D班に分かれてみて、メンバー全員で討論・議論し合うことの大切さを知ることができました。RYLAセミナーで学んだことは二十歳の僕には刺激的で良い経験となりました。自分の地域・大学で、学んだことを伝えたり社会に出た時に生かしていきます。

### ● 山口 智之

3泊4日の研修は、最初はどういう研修なのか、自分自身すごく不安から始まりました。その中で、初対面で年齢・職種も違う方と4日間共同生活を送りました。最初は緊張もあり、中々自分の思っている事を発言できませんでしたが、本当に皆さんのが良い人ばかりで、すぐに緊張もほぐれ、何でも言い合える仲間になったと自分自身では思っています。今回の研修を通じて、考える前にまず行動をという言葉が一番印象に残っていて、自分も普段生活している中で、中々思っていても行動にうつせない所が多く見受けられると感じたので、今後は今回の研修を活かし、どんどん積極的に行動にうつしていきたいと思います。その中でリーダーシップがしっかりと取れる人間に成長していけたらなと思います。

本当に4日間良い勉強をさせて頂き、ありがとうございました。

### ● 小原 牧人

初めて参加させて頂き、充実した3泊4日で

した。私の会社からは毎年参加させてもらっていました、勉強になるからと上司の勧めもあり今年は参加する事ができました。初日は不安と緊張しかなく辛かったですが、その不安をふきとばす程の研修で、班の皆様の温かさや楽しさは一生物だと感じました。

一日一日の生活や講義も本当に楽しく、余島という大自然に囲まれた生活も新鮮でリフレッシュにもなりました。講義内容も今の自分を変えようと思えるような事であり、新人リーダーの私にとってはやる気を感じる意味のある講義ばかりでした。また、仲間にも恵まれ、違う職種の話や、相談も親身になって聞いて頂けました。RYLAでしか出会うことがなかったかもしれない班メンバーでバスセッションも行い、結束力や出来上がった感動は一番嬉しい瞬間でした。

このような機会を設けて下さり、本当に感謝いたします。ありがとうございました。

### ● 桑村 美慧

第39回RYLAセミナーに参加させて頂き、心より感謝申し上げます。私が現在勤務している会社では“シスター制度”というシステムを導入しており、先輩と後輩がペアとなって先輩が後輩の育成や指導、プロになるまでのプロセスを導く為の環境づくりをおこなっております。私にも5歳年下の後輩があり、普段から物事を伝えることの難しさや、後輩が今まで過ごしてきた環境からつくられる人格、教えた事に対して実践できるまでの指導に悩まされております。今回のセミナーでは参加者が50名程いらっしゃいましたが、受講生1人1人の意見や発言を大切にし、違った思想を共有し、尊重し合える時間に居合わせ事ができたこと、とても貴重な経験をさせて頂いたと思っております。カウンセラーの大政様、富田様、大変ご苦労があったかと思いますが、いつも笑顔でご対応頂き素晴らしいカウンセラーだと思います。ロータリアン、学友会の皆様方も貴重な体験をさせて頂き、本当にありがとうございました。明日から

会社勤めが再スタートですが、今回の研修で培った事を活かしながら、さらなるレベルアップしたリーダーとしてチームを盛り上げていこうと思っております。ありがとうございました。

### ● 祖母井 希

私は、このRYLAセミナーに参加して、自分と向き合うことができました。普段は仕事や時間に追われ、その事実に甘えて自分のことを深く見つめ直すということを避けていました。ロータリーについても無知であった私が会社の業務の一部としてこのセミナーに参加することによって、ロータリーのことやRYLAについて知ることが出来ました。そして社会人になってからでも年齢や職業問わず沢山の人と交流できるこの貴重な機会を頂き本当に感謝しています。セミナー中の思索の時間では自分の将来について考えました。自分のしたいことは何か、どう在りたいのか考えて答えが出るものではありませんが、頭と心の整理がほんの少し出来たのではないかと感じています。今回の講義からこれからの自分の行動が具体的に見えてきたことも大きな収穫です。メンバーとの出会いと自身の発見があり来て良かったと心から思います。

最後の夜に見た満天の星空を一生忘れません。

### ● 和泉 春香

今回させて頂いた経験は初めてのことがほとんどで、新鮮さを感じる毎日でした。自分が得意だと思うことをどう取り入れていくか、苦手な分野をどう見つめ直し、仲間の良い所を自分の学びとして引き抜いていくか、日にちを重ねるごとに考え方も深まり楽しさを感じていました。この4日間での学びで自分の仕事に生かせる事、通じる事はたくさんあったと思います。少数意見を切り捨てず、どう大勢の意見の中に上手く取り入れていくか。実際の職場でいうと、今まで通りが一番安心で安全だと感じてしまいがちですが、ではこうしてみたらどう

なるだろうか、もっと良くなるのではないか、と向上心をもって発言する人が一人でもいる事で、その場の雰囲気がガラッと良い方向に変わっていくという事を身をもって体験しました。これから仕事をしていく中で、自分がその一人になれるよう職場への貢献をしたいと思います。4日間たくさんの方々に支えて頂きました。貴重な経験をさせて頂きありがとうございました。

### ● 阪上 美咲

セミナー初日、開講式の時、「本当に4日間やっていけるだろうか。」と不安に思ったのが正直な感想でした。

社会人になって新しい友人ができる機会も夜

通し何かについて議論する機会もなくなっていた私にとって、RYLAセミナーでの過ごし方は休憩時間を含む全ての時間が挑戦のようでした。

本音で話し合うことが必要なバズセッションは特に難しかったですが、話を引き出そうとフォローしてくれるメンバーや、それぞれが自分の役割を全うしようと挑戦するメンバーの存在を励みに、乗り越えることができました。

この4日間で私はもっと人を好きになれたことをとても幸せに思います。これからも縁が続きますように。この機会を下さった皆さん、サポートして下さった皆さん、班の皆さん、ありがとうございました！



◆ カウンセラー 高橋 亮次

初めてのRYLAセミナーにカウンセラーとして参加。初日不安な表情で向かった余島。受講生以上に顔に出てたと思います。初日のキャビンタイムでそんな不安はすぐに解消。みんなが温かく迎えてくれ安心しました。2日目のレクリエーションでは、どの班にもまけない結束力、団結力がうまれ、みんなの表情、距離が目にみえて変わっていく様子をみせてもらいました。良い流れでのぞんだバズセッション。小グループに分かれ進行を見守る時に、初めて思うように進んでないので?この班分けは間違っていたのか?と自問自答。おさえきれずについ助言しようとしたのを止めてくれたのはママの一言でした。「もう少し信じて見守ろう。」不思議なもので班のみんなはやっぱり自分達の力でさらに結びつき、みんなの力で乗り越えてくれました。今回のセミナーで得たものは、「かけがえのない家族」と、「相手を信じぬく想い」。

このような素晴らしい体験をさせて頂き本当に有難うございます。

◆ カウンセラー 伊藤 幸美

今回で5回目のセミナー参加となりました。超自然の中での4日間の生活で、私は本来あるべき姿の自分に還りました。喜怒哀樂炸裂しました。レクリエーションで一喜一憂から始まり、心配症になる自分、元気になる自分、感動で涙腺が緩む自分でしたが、パートナーの支えもあり、先輩ロータリアンの助言でそんな自分を全部受け入れることができました。

受講生にとってはこれから続く永い永い人生の中で、ライラセミナーの4日間はとてもとても短い4日間だったと思います。ですが、本当に大切な様々な出逢いと出会いが、かけがえのないピカピカ光る宝物になったと思います。その宝物をずっと心の中の核として持ち続けて欲しいと思います。

私が担当したD班の受講生たちには、いつも It at home 39号室のあたたかいファミリーがいます。今日が修了ではなく出発です。みんなで新たな人生をスタートしましょう！

### ● 森安 真也

第39回RYLAセミナーに参加させて頂いたこの3泊4日間、長い・短いというのは正直よくわかりませんでしたが、ただただとても早く時間が流れていったと感じました。それは、とても快適で充実した時間を過ごすことが出来たからだと感じます。

このセミナーで非常に強く感じた事は、自分の心を開き前向きにする事が全ての1歩目で、他者との関わりをより良く深く有意義にしてくれるという事です。この余島の解放された雰囲気の助けもあり、今までの自分では考えられない速度で自分をさらけ出し、D班の仲間の関係性も深く構築できたと感じられました。そんな中で創り上げた発表の核となる、「愛情」の言葉の意味が更に深く広く理解出来ました。意味の理解については言及しませんが、これから的生活の中で、常に愛情を持った行動をとり、周りの人にも愛情を持ってもらえるような自分となっていきます。

参加できて本当に幸せでした。ありがとう。

### ● 里中 真人

RYLAセミナーを通じて、多くの経験、思考、仲間を得ることができました。

最も印象に残っているイベントはフォーラムです。与えられたテーマを元に各班毎に意見を出し合い結論を導いたのですが、フォーラムを通じて仲間意識、各々の考え方の違いを再認識し、多様性を尊重しながら自らの意志を表示することの重要さを学びました。また、物事に対して固定観念を持つてしまうと柔軟な発想ができないことにも気付かされました。

3泊4日のセミナーを終えて、物事の本質を捉えることの重要性、何より「人のために尽くす」という道徳を再確認することができまし

た。セミナーで終わるのではなく、今から始まりだと思いますので、RYLAセミナーで学んだ事を人生に活かしたいと思います。多くの方々の支え、伝統によって今回のような貴重な体験をさせて頂きました。心より感謝します。ありがとうございました。

### ● 武樋 祐輔

第39回RYLAセミナーを終えた今、とても心が晴れやかです。周りの人は、社会人の方や、色々な経験をしている人がいて、ただ話すだけでも面白いだけでなく、勉強にもなりました。特に私たちの班は、年齢層が幅広く、様々なことを毎晩語り合いました。島についたときは、知らない人だらけで不安だったのですがママパパをはじめ、D班のみんなが仲良く、腹を割って話しあうことができたのが一番の思い出です。レクリエーションで、パスタでタワーをつくるときは、みんな意見を出し合い、倒れても諦めずに全チームで一番盛り上がっていたと思いました。バズセッションでは、意見をぶつけたりより一層仲が深まった気がしました。全ての日程で、思い返してみると全部前向きに取り組んでいたと感じました。閉校式で言われたように「みんなのRYLAはこれから始まる」ということを胸に留めてこれから的人生に仲間との協力を通してのリーダーシップを身につけます。

### ● 原野 武造

今回RYLAに参加して、今、自分が何をするべきなのか気づくことができた。今回の参加は積極的に自分から参加したわけではなく、知り合いのRACの方に誘われて参加した。そのため、特に何も考えずにいた。しかし、班の人達とかかわっていき、また刺激的な講演を受けることで、今の自分を見つめ直すきっかけになった。普段の大学生活ではできない、様々な年代や職種の方々と話すことは、自分の中のもやもやしていた部分を明確化することができ、今自分が抱えている課題を認識することができた。

自分にとってRYLAとは認識した課題をどのように解決していくか考えていくスタート地点であった。今後、RYLAで見つけた課題をいかにして解決していくか、試行錯誤していきたい。

### ● 魚井 雄貴

余島で3泊4日の研修を受講するにあたって最初はすごく不安でした。普段から職場で話し合う機会がないのですが、今回は全く知らないだけでなく他業種な方々とともに集団生活をしていくにあたってどのようにコミュニケーションをとっていけば良いかで悩んでいました。しかし過ごしていくうちに仲良くなってしまい色々なことを話し合えるようになってくることで意見を出すことは出来きましたが、意見をまとめたりすることに関しては全く出来ていないことに改めて気付くことができました。バズセッションでは各グループに分かれて話をするときは意見を出せても、バズ集約のときに積極的に動けていなかったことが一番の自分の反省点なのかなと思っています。そのため今後は意見を出すだけでなく、それらをまとめていける立場になるためにも今回学んだことを整理し今後に活かしていきたいです。

### ● 藤本 勇哉

土庄から余島へ舟で渡ったとき、すばらしい自然の雄大さに驚きました。これから始まる4日間に不安と期待の2つの感情が入り混じり臨んだことを覚えております。どちらかというと不安の方がほとんどだったように思います。しかし、班割が発表され、班ごとに分かれて最初のキャビンタイムから、これまで抱えていた不安がどんどんと期待に変わっていきました。その中でも、2日目のレクリエーションの時間は一人一人が意見を出し合い一つの目標に向かって課題に挑戦することができました。結果としては、完成形までたどりつけなかったですが、それまでのプロセス、皆が一致団結し協力し合い、挑戦することのすばらしさを実感することができました。3日目のメインイベント、フォ

ーラムの時間では代表して発表する機会をいただき、貴重な経験となりました。明日から普段の生活に戻りますが、職場、人生においても今回のセミナーで学んだことを活かしていきたいです。

### ● 橋村 芳菜

3泊4日の研修で得たことが沢山有り、また、言葉で伝える事が難しい部分も有りますが、心から来て良かったと思っています。

来た当初に班分けされた際、人見知りな所もあり初対面の皆と4日間共に行動することに不安も覚えましたが、D班の皆に出逢えたことを今は嬉しく思っていますし、また機会を作つて逢いたいです。このRYLAセミナーに来たことで気付いたことは、日常生活の中にある当たり前のもの（テレビ等）が無くとも、一つの目的に向かってコミュニケーションを取つて生活することで絆は深まるんだなあと気付きました。便利なものが溢れる時代ですが、人として大切なものの、無くしちゃダメなものを改めて学び、与えられる人になると決めて今日までの研修を終えたいと思っています。1年も前から準備して下さり、本当にありがとうございます。関わって頂いた方に感謝の気持ちと、これからもまだ深まっていくメンバーに一言。「必ずまた会おう！」

### ● 中川 有彩

私はロータリーのことやライラのこともほとんど知らずにセミナーに参加しました。参加した先輩から話を聞いて興味を持ったのがきっかけでした。3泊4日全く見ず知らずの人たちと4日過ごすということにはほんの少しの不安もありましたが、楽しみという感情の方が大きかったです。そして、実際に始まってみると班のメンバーとはどのように仲良くなっていたのか分からぬほどあつという間に打ち解けました。パパ、ママも含め全員が本当の家族のようになっていきました。また、専門家の方々による講義も私にとってとても刺激になりました。

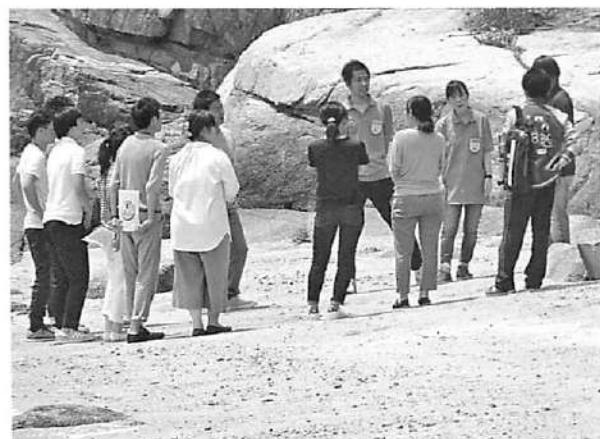
特に講師の大南さんによる「神山プロジェクト」の講義は感動と興奮で思わず涙ぐむほどでした。普段は仕事に追われて自分の世界が狭くなっていると実感していました。それが、たくさんの方々の話を聴いて、班のメンバーといろいろな考え方や思いをぶつけ合って狭くなっていた世界がぱっと広がりました。自分を目指すものをもう一度しっかりと見つめ直して、ちゃんと行動していかなければならぬと改めて決意することができました。

そして、この3泊4日のセミナーの間ずっとロータリアンの方、学友会の方、カウンセラーの方々、YMCAの方々、スタッフの皆さんが私たちのことを本当に温かい目で優しく見守ってくださっているのが伝わってきていました。その度に私の心も温かくなってうれしい気持ちでいっぱいになっていました。

一日一日が充実していてもっと皆と一緒にいたかったし、もっといろいろな方と話してみたかったです。これから行動を起こしてもっと自分の橋をかけて人とつながって目指す場所までの道中を楽しんでいきたいと思います。

### ● 八代 希

今回、初めてRYLAに参加させていただきましたが、ここでの経験がいかに濃いことか4日間を通して感じることが出来ました。様々な世代の方との交流や、4日間の中で行われた各プログラムは想像以上に感慨深いものであり、様々な角度から多くのことを学べたことに非常



に有り難い貴重な体験となりました。

RYLAに参加し、沢山の方と出会い、真剣に語り合い、議論し合ったことで改めて人とのつながりに今までとは少し違った心地良さを感じました。また、様々な世代の方と交わされたことで新しい自分を見つけることもでき、RYLAセミナーへ参加できたこと、沢山の御縁のおかげで出会った人たちと生活を共に出来たことに感謝の気持ちでいっぱいです。今回出会った方たちとまたこれからロータリーのイベントで再会できることを楽しみにしています。

### ● 鈴木 美樹

3泊4日の間、多数の貴重な経験をさせて頂いたことをとても有り難く感じている。この4日間は私にとって自分を改めて見つめ直す機会となった。セミナーの中で一番心に残っているのは、リーダーの必須要素を考えるグループワークを行っていた際に、班員の多くが、一番重要なものは「愛情」と答えていたことだった。私自身では思い至らなかった答えであったため、目からウロコだったのと同時に「果たして自分自身は、利用者の方に日々愛情を持って接せられていたらどうか?」ということが思い浮かんだ。私が働いている職場は障がいを持った方の社会復帰を支援する場所なのだが、本人よりも支援者が熱心になりすぎて起こる燃えつき症候群になりやすいと言われている。そのため、支援をする際は、心をできるだけフラットにして感情を入れないようにしているのだが、感情を無にすることを意識しすぎて、人と人が向き合う時、根底にあるべき愛情というものまで無にしてしまいかけていたのではないだろうか?と気付かされた。仕事、プライベート両面で欠かすことのできない核が愛情であると思う。忙しさにまかせて無味な人間になりつつあった自分自身を、改めて見つめ直し、不足部分についてまで考えを巡らせることができたこの機会に心より感謝している。

ライラセミナーを主催して下さったロータリーの皆様、学友会の皆様、カウンセラーの高橋

パパ・伊藤ママ、大切なことに気付かせてくれた素敵なメンバーの皆、本当にありがとうございました。

### ● 原田 香澄

セミナーで一番の財産は、自分の事を認めてくれて、弱みを指摘してくれる仲間に出会えた事です。弱みは、自分で自覚はあっても、周りの友人や社員に指摘されることはませんでした。アカの他人だった人に、4日間の中でそんなことまで言い合える関係になれた事がとても嬉しいです。

プログラム中のキーワードである「行動」や「創造、想像」は、これから自分の人生をより豊かにするためのエッセンスになりそうです。これまで人生でも、あと1%の勇氣があつて行動することができていれば、もっと道が切り開けていたかもしれませんと気づきました。無駄にしてしまったチャンスいっぱい思いつきます。そんなチャンスがいつ訪れても、自分の力で対応できるよう、力をつけておきたいです。関わって頂いた皆様に感謝します。今後も何らかの形でRYLA、ロータリーに関わっていけるようにします。

### ● 近藤 栄人

青少年指導者養成セミナーの封筒がとどいた時から余島へ来るまでずっと、何をするのか、3泊4日?など色々とわからない事だらけで不安しかありませんでした。来てからも12人のメンバーと一緒に行動する?ますますの不安しかありませんでした。しかし、その不安をすぐに取り除いてくれた、カウンセラーの高橋亮次パパ、伊藤幸美ママの存在がとてもたのもしかったです。そのおかげで、1日目からのキャビンタイム・バズセッション・フォーラムと、楽しく過ごす事が出来ました。セミナーに参加することで、人と出会い、また全く違う職種・年齢の方々とつながることができて、刺激にもなり、なによりも楽しいと思う事の方が多かったです。

それだけではなく、リーダーとしての高い心構えを養えるように、これから自分の自分をもっと高めていこうと思います。人々との出会いからのその先の目標にむかって、1人ではなく、多くの友と共に生きていきます。

# おもいで



■ 発表



■ RYLA学友のみなさん

# 受講生名簿

## 2680地区

NO.	氏名	推薦RC	性別	班	勤務先・在籍校
1	廣岡 和哉	篠山	男	A	(一社)ウィズささやま
2	中垣 迅人	三田	男		関西学院大学
3	久保 和也	神戸	男		西日本旅客鉄道(株)
4	山名 洋一朗	柏原	男		マルハニチロ(株)
5	金 義喜	伊丹	女		神戸大学
6	一鷹 桃	相生	女		ランスタッド(株)
7	下村 亜梨子	神戸	女		(株)ヤマハミュージッククリテイリング
8	三宅 崇穂	川西	男	B	(医)協和会 協立病院
9	小倉 陸	神戸	男		流通科学大学
10	深澤 真	神戸ペイ	男		(社福)光朔会 オリンピア灘
11	大原 弘麗	姫路東	男		(株)ヒメプラ
12	庄 旭紅	尼崎北	女		神戸大学
13	江見 久瑞美	伊丹	女		関西学院大学
14	柴田 英里	神戸須磨	女		神戸女子大学
15	上野 誠一	姫路東	男	C	(株)ヒメプラ
16	山口 智之	津名	男		(社福)千鳥会
17	小原 牧人	神戸西	男		(社福)光朔会 オリンピア灘
18	藤原 周平	三木	男		(薬剤師)
19	阪上 美咲	柏原	女		(株)土田化学
20	和泉 春香	神戸	女		(社福)神戸保育会神楽こども園
21	近藤 栄人	西宮イブニング	男		特別養護老人ホーム「瀬戸内ホーム」
22	魚井 雄貴	洲本	男	D	(医)社団いちえ会 洲本伊月病院
23	里中 真人	高砂	男		(株)阪技
24	原田 香澄	姫路	女		三菱日立パワーシステムズガスティングサービス(株)
25	鈴木 美樹	高砂脇松	女		(一社)ひょうご若者自立支援センター
26	八代 希	神戸垂水	女		神戸芸術工科大学

● カウンセラー

A班	北川 博崇	(川西RC)
B班	田中 賢一	(伊丹RC)
C班	富田 裕子	(相生RC)
D班	伊藤 幸美	(神戸西神RC)

## 2670地区

NO.	氏名	推薦RC	性別	班	勤務先・在籍校
1	廣瀬 剛	高知東	男	A	(株)酒井建設
2	鎌田 恭輔	松山南	男		松山大学
3	森山 迅	鴨島	男		(株)徳島銀行
4	河原 佑太	高知中央	男		(株)城西館
5	北出 聖佳	松山北	女		本山町役場 地域おこし協力隊
6	重田 万理子	美馬	女		(有)四朗
7	野崎 達也	今治南	男	B	今治明徳高等学校
8	上野 雄志	高知南	男		(株)垣内
9	甲坂 勇希	伊予	男		野村證券 松山支店
10	坂出 麻奈	高知東	女		(特医)久会久病院
11	山内 いのり	松山	女		松山東雲女子大学
12	吉村 清香	今治	女		平安閣互助センター(株)
13	三島 和也	坂出東	男	C	まえだ整形外科外科医院
14	真鍋 迅	松山南	男		松山大学
15	町田 翔貴	香長	男		宮地電機(株)
16	桑村 美慧	徳島	女		(株)ブライダルコア ときわ
17	田中 有美	高知西	女		高知県立大学
18	祖母井 希	小豆島	女		(有)真里
19	森安 真也	新居浜	男	D	桑原運輸(株)
20	原野 武造	高松南	男		香川大学
21	藤本 勇哉	坂出東	男		(株)若松薬品
22	武樋 祐輔	高知	男		中央学院大学
23	橋村 芳菜	高知西	女		住友生命保険(相) 高知支社 高知支部
24	中川 有彩	徳島	女		(株)ブライダルコア ときわ

● カウンセラー

A班	阿部 真弓	(今治RC)
B班	横井 裕恵	(東予RC)
C班	大政 裕志	(伊予RC)
D班	高橋 亮次	(高松北RC)



# 第39回RYLA委員会

## ■ ガバナー

室津 義定 (第2680地区 尼崎中RC)  
前田 直俊 (第2670地区 坂出東RC)

## ■ 顧問

深川 純一 (第2680地区 伊丹RC)  
安平 和彦 (第2680地区 姫路RC)  
三木 明 (第2680地区 姫路RC)  
丸尾 研一 (第2680地区 神戸西神RC)  
今井 正信 (第2670地区 観音寺RC)

## ● 青少年奉仕委員会委員長

滝内 秀昭 (第2680地区 伊丹RC)  
古川 充 (第2670地区 脇町RC)

## ● RYLA小委員会

### (第2680地区)

委員長 白井 良夫 (伊丹RC)  
委 員 荒木 健作 (川西RC)  
福田 充男 (伊丹RC)  
畠中 伸介 (三木RC)  
北川 博崇 (川西RC)  
仲田 五郎 (北条RC)  
柴田 茂徳 (三田RC)  
田中 賢一 (伊丹RC)  
横田 勝好 (姫路南RC)  
カウンセラー 北川 博崇 (川西RC)  
田中 賢一 (伊丹RC)  
伊藤 幸美 (神戸西神RC)  
富田 裕子 (相生RC)

### (第2670地区)

委員長 米山 徹太 (松山RC)  
副委員長 猪野 恵一郎 (松山南RC)  
委 員 藤原 賢治 (徳島プリンスRC)  
阿部 真弓 (今治RC)  
篠原 成行 (北条RC)  
大政 裕志 (伊予RC)  
深見 邦芳 (松山RC)  
森 廣一 (美馬RC)  
遠藤 公信 (美馬RC)  
野村 栄一 (高知中央RC)  
藤原 宣雄 (高松北RC)  
渡辺 昌明 (高松北RC)  
カウンセラー 高橋 亮次 (高松北RC)  
大政 裕志 (伊予RC)  
阿部 真弓 (今治RC)  
横井 裕惠 (東予RC)

## ● RYLA学友会代表

第2680地区代表 倉本 勉  
第2670地区代表 大通 龍治

本ディスクはDVD+R DLです。古いDVDプレイヤーなど一部の再生機器では本ディスクの規格に未対応の場合があります。未対応の場合、機器の不備により故障・破損の恐れがありますので、取扱説明書などで確認してから使用して下さい。



国際ロータリー第2680地区ガバナー事務所

〒650-0046

兵庫県神戸市中央区港島中町6-10-1

神戸ポートピアホテル本館7階722号室

TEL 078-304-2680 FAX 078-304-2681

Mail : office@ri2680.org

国際ロータリー第2670地区ガバナー事務所

〒762-0007

香川県坂出市室町3丁目1番13号

TEL 0877-85-8523 FAX 0877-85-8536

Mail : 16-17@rid2670go.com