



■平田ロータリークラブ 事務局 9:00 ～ 17:00 (土・日曜・祝日 休局)
〒691-0001 島根県出雲市平田町 2280-1 平田商工会議所 2F
TEL : 0853-63-3232 FAX : 63-5365
URL : <http://hirata-rotary.jp/> Mail : office@hirata-rotary.jp

2025-26 年度 国際ロータリー会長 / フランチェスコ・アレツツォ 「よいことのために 手を取りあおう」

2690地区ガバナー / 坂口 元昭 (米子南RC)

会長 / 土江 光二

副会長 / 大島 淳司

幹事 / 三好 洋平

会計 / 小汀 泰之

例会プログラム

	卓話者	演題
9月11日	米山記念奨学生 段 安苗 様	感謝とつながり 異文化交流から学んだこと
9月18日	休 会	
9月25日	第2690地区 地区ガバナー 坂口元昭 様	地区ガバナー公式訪問例会
10月2日	NPO 法人ひた空き家再生舎 代表 吉岡拓也 様	
10月9日	会員 佐藤秀一	新会員スピーチ

出席報告

会員数	出席者数	欠席者数	出席率
37	34	3	91.89

欠席者

原伸・石原・園山

来訪者

なし

メイクアップ

9/10 加藤(大社)

次回例会 受付当番

(9月25日) 川上 亨 / 大島卓爾 / 大谷厚郎

(10月2日) 飯塚洋道 / 大谷良治 / 太田哲也

近隣クラブ例会情報 (メイクアップを考えましょう)

月	出雲中央	松江南
火	出雲 10/21 9/16・10/14(-)	松江しんじ湖 9/16・10/14・28
水	大社 9/24 9/17(-)	松江 9/17・10/15・29(-)
木	(-) ; ビジター受付なし	松江東 9/25・10/16・30(-)
金	出雲南 9/19 9/26・10/17(-)	

会長挨拶

皆さまこんにちは。

さて、先週の例会後には、池淵ガバナー補佐様のクラブ協議会、関係者の皆様方、大変お疲れさまでした。大変有意義なクラブ協議会だったと感じています。ありがとうございました。

さて今日は、世界のトップ5%の休み方 (休日の取り方) についてお話致します。実は、YouTube で検索していた所、この世界のトップ5%の休み方が気になりましたのでお話致します。毎日の業務をこなしていく中で、無駄がたかさんあります。

例えば日本で行われる会議の74%が会議の為の会議の為の会議だと言われています。あくまでも社内資料の話ですが、その会議資料として作られるパワーポイントの24%は上司への過剰な気遣いと言われています。

必ずしもそうではありませんが、確かにパワーポイントを作るときは、伝わるだろうか、意味わかるだろうか、見てくれるだろうか考えてしまいます。

この24%の内7%がどうでもいい無駄な事だそうです。この7%の時間を休日に回せばもっと精神的にも楽になり生産性上がるのではないかと考える方です。

ここ近年うつ病になる方が多くなってきています。うつ病になる方の特徴は、仕事に集中しすぎる人、休日や睡眠時間を削って仕事をする人に多く見られます。

基本睡眠時間は最低7時取るようにすると、健康に良く仕事のパフォーマンスが上がるというデータがあるそうです。

では、どのようにして時間を作るかと言いますと、【やめる事を決める】だそうです。やめる事で無駄が省け、その自分自分の時間が増えるという筆者の考え方です。この著者の考えは、毎週金曜日の15時(3時)頃に 15分程度、一週間を振り返ってみると一週間の無駄(良かれと思っていたことがそうではなかった)が10%以上分かるというデータが出ているとの事です。その無駄を来週からは無くするという気になるのが金曜日の15時頃だそうです。(各週土曜日休みの場合は休み前の日)になりますね。1週間の無駄を把握できると来週の仕事への予測が付き安心して休日を過ごせます。じゃあ、無駄かどうかの判断は成果があったのか、なかったのかを基準に考えると良いとの事です。なかなか業種によっては、分かりにくい事もありますが、上司に認められた事案か否かが判断基準になるのではないかとされています。働き改革により週休2日が当たり前になってきている昨今、我々建設業界の現状は公共工事に携わる会社のほとんどは、週休2日になったのは良いですが、工事単価がなかなか上がらないのが現状になります。皆さまの業界は如何ですか？短い時間で儲けようと思えば生産能力を 1.5 倍にするか、付加価値を付けて単価を上げていくか、もしくは AI 化ですかね～ともかく、無駄を省き、睡眠時間7時間以上取り、健康を維持し、最大のパフォーマンスが発揮できるように体調を管理する為には、【やめる事を決める】ですね。

幹事報告

1. ローターレートの変更

9/1 より 1 ドル 147 円 (現行 149 円)

2. 例会変更

○ 出雲 RC 10/21(火) 職場訪問例会

ビジター受付 11:30 ～ 12:30 ホテル武志山荘

○ 松江南 RC 10/27(月) 夜間例会

ビジター受付 12:00 ～ 12:30 松江エクセルホテル東急

○ 松江しんじ湖 RC 10/28(火) 職場訪問例会

ビジター受付 12:00 ～ 12:30 ホテル一畑

3. 休 会

○ 出雲 RC 10/14(火) 定款により

ビジター受付 なし

○ 出雲南 RC 10/17(金) 定款により

ビジター受付 なし

4. 5クラブ会長・幹事会開催について

10/22(水) 18:30～「味処 福田屋」

当クラブ 土江会長、三好幹事 出席いたします。

5. 出雲全日本大学選抜駅伝競走組織委員会 会長 飯塚俊之様より

10/13(月)・祝開催の PR 用品(チラシ)が届きましたのでご入用の方はお待ち帰りください。(受付)

6. 次回 9/15(木)は坂口元昭地区ガバナーの公式訪問例会となっております。

当日は上着・ネクタイ着用をお願い致します。

委員会報告

情報・雑誌委員会 : ローターの友 9 月号の紹介

■■■ スマイル ■■■

土江・三好（段 安苗さん、今日はようこそおいでくださいました。スピーチ楽しみにしています。）

清原（安さんのスピーチ楽しみにしています。残り一ヶ月を切りましたが最後までよろしくお願いします。）

遠藤（アンさん、大学生活お疲れさまでした。10月からは晴れて社会人となられますが平田ロータリークラブを忘れないで下さいね。本日は所要のため早退します。）

大谷厚（折角の段さんのお話を聞けなくて申し訳ありません。所用にて早退します。）

杉原（本日は安さんのスピーチ、楽しみにしています。）

■■■ 例会プログラム ■■■



感謝とつながり 異文化交流から学んだこと

米山記念奨学生 段 安苗 様

皆さん、こんにちは。ロータリー米山記念奨学会 2025 年度の奨学生、中国大陸出身の段安苗と申します。平田ロータリークラブに所属しております。現時点では、島根大学、人間社会科学研究科、社会学専攻を卒業するところです。修士課程の最後の学期に、奨学生としてロータリー米山記念奨学会の一員となれたことを、誠にありがたく、嬉しく存じます。すでに皆さまの前で、何度か自己紹介をしましたが、今回はあらためて、少し詳しく自己紹介をさせていただきます。自分は中国出身で、周りの友達からは「アン」と呼ばれています。

1、日本に動く動機

約 7 年前の 2018 年に、自国の大学に入学し、地理学を専攻しました。当時は、測量や地図の作成、数学、コンピュータのプログラミング言語などを毎日学んでいました。しかし、その頃から、自国の就職環境に不安を感じるようになり、2019 年に日本への留学を目指して日本語の勉強を始めました。日本語の勉強を始めてから 2 年後には、日本語能力試験 JLPT の N1 に合格しました。2021 年には、日本経済新聞社が中国で主催される全中国選抜日本語スピーチコンテストに参加し、2022 年には決勝戦に進出しました。また同年、文部科学省の国費留学生として採用され、交換留学生として島根大学へ留学しました。自分が、日本に惹かれた最大の理由は、「社会が整っている」という点です。自分は、整然としていて秩序ある社会環境に強く憧れを抱いています。それは、たとえ立場の弱い人でも、ルールや秩序を守ること、尊厳を持って生きることができる社会だと思うからです。そもそも、人間社会の進歩や文明の本質は、「弱者にどれだけ生きるためのスペースが与えられているか」、ここに現れると自分は考えています。最近、公益財団法人法曹会が編集した『平成 18 年最高裁判所判例解説』を読みました。日本社会において人々が幾重にも保護されていることを改めて実感しました。例えば証券取引には「投資者保護基金」があり、不

動産取引には「保証協会」があります。契約を結んだ後でも、消費者保護のための「クーリング・オフ制度」により契約解除が可能です。たとえ息子が父親の不動産を勝手に売却した場合でも、それは「無権代理」として取り消すことができます。このような制度の存在は、自分が来日前に抱いていた印象を裏付けてくれるものでした。つまり、日本では、たとえ社会的に弱い立場の人であっても、「一人の個人」として尊厳と保障を持ちながら、生きていける仕組みが整っているのだと、強く感じています。だからこそ自分は信じています。たとえ自分が小さな一人の女性にすぎなくても、自分があきらめない限り、この世界で誇りを持って生きていける—日本は、そういう希望を与えてくれるところだと思います。だから、日本に来ました。

2、弓道部での経験

2022 年 4 月、自分は島根大学の弓道部に入部しました。約 30 人の部員の中で、自分は唯一の外国人でした。弓道部での経験は、自分の人生を大きく変えてくれたと思っています。今でも、当時の自分を受け入れ、温かく接してくれた部員の皆さんには、心から感謝しています。何も分からない外国人である自分に対して、弓道部の皆さんがどれほどの思いやりと努力を注いでくれたのか、今でも深く感じています。「何も分からず、ただ雰囲気が入ってきた外の人」として、疎外されることは一度もありませんでした。女の子たちはよく自分を遊びや食事に誘ってくれて、男の子たちは弓道の技術をとても丁寧に教えてくれました。ある日、1 年生の新人部員と一緒に夜遅くまで練習をしたことがあります。練習後、みんなでピザを注文して夜食にしようという話になりました。ただ、ピザは大学の正門までしか届けてもらえないということで、みんなで一人一本ずつ矢を引いて、「的の中心から一番遠かった人が取りに行く」、というゲームをしました。自分以外の 3 人は、弓道歴が少なくとも 3 年以上あり、普段は的を外すことなどほとんどありません。けれど、その日だけは、なぜか自分以外の全員が外したのです。その時はただの楽しい思い出として笑っていましたが、自分が弓道部を離れてから 1 年ほど経って、あの時の優しさは、全部、自分のためでしたと、ようやく気づきました。自分は、これまでどれほど多くの人から、優しさや助けをいただいたのか、もう思い出せないほどです。そして、その中には、日本の方だけでなく、さまざまな国の人々もいました。



3、異文化コミュニケーションの経験

自分が日本で出会った友人たちを思い出してみると、アメリカ、韓国、ポーランド、タイ、ベトナム、台湾、マレーシア、香港、シンガポールなど、本当にさまざまな国や地域の人々とつながることができました。タイランドの友人の勧めで、自分は東京に本部を置く NPO 法人「アジアの新しい風」に加入しました。この団体は、ア

シアを中心に、主にベトナムや中国などの大学生とメールを通じて交流し、友情を築き活動を行っています。設立目的は、「多文化共生社会の実現を目指し、アジアの平和、そして世界の平和に貢献すること」です。自分はこの理念に強く惹かれ、面接を経て学生会員として活動することになりました。これまで、発行される別冊への投稿や、さまざまな交流イベントにも参加してきました。去年の春休みに、自分は、島根大学と台北市立大学の交流プログラムに参加し、台湾に行きました。自分は、日本人の女の子5人と、同じ部屋に泊まりました。カーテンなどの仕切りもなく、みんなで一緒に一週間を過ごしました。その間、一度もケンカやトラブルはなく、台湾から帰ってから連絡を取り合い、食事などとして、仲良くしています。2024年の春休み、自分は島根大学とアメリカのフロリダ大学の文化体験プログラムに参加しました。ビザが取れなくて現場には行けなかったですが、それをきっかけに、またたくさんの新しい友人と出会いました。プログラムが終わったあとも、私たちは連絡を絶やすことなく、よく集まりました。一緒に UNO をしたり、松江に住む、ノルウェー人の牧師さんのお宅で聖書のお話を聞いたりしました。そうした交流の中で、自分の世界観は何度も塗り替えられていきました。特に印象に残っている出来事が二つあります。

4. 異文化理解の真義

一つ目は、友人との会話です。その友人はカリフォルニア育ちのアジア系アメリカ人で、家族のルーツは香港にあります。彼女はスマートフォンのロック画面を見せてくれました。そこは大学のルームメイトたちとの写真が映っていて、彼女はその中の一人の女の子を指差してこう言いました。「この子は、私がアジア人だという理由でよく私をいじめた。でも、誰か一人のせいで人との縁を諦めたくない。だから、この写真も大切な大学時代の思い出として残している。わたしには、イエスの愛があったから、私に人を許す力と勇気を持てたの。」彼女が、その写真を大切にしているのは、過去の出来事を忘れずに抱えているのではなく、「許し」と「和解」を自分の人生の大切な一部として受け入れているからです。

二つ目は、その牧師さんが、イエスがある盲人に出会い、その人の目を癒したお話をしてくれた時のことです。自分は思わず、英語の先生に聞きました。「なぜ、イエスはこの人を助けたのですか？」先生はこう答えました。「それは、イエスの愛が無条件だからです。」自分は驚きました。そして考えました。「自分も時々、無条件の愛を誰かに注ぎたいと思うことがあります。でも、どうしてもその人が“値するかどうか”を考えてしまいます。」すると、先生はこう教えてくれました。「無条件の愛は、値するかどうかを問わないものです。相手に勝手に期待を持ってしまった時点で、それはもう無条件ではなくなってしまいます。」この二つの出来事は、自分の価値観をほとんど覆すものでした。自分は、キリスト教徒ではありませんが、「信仰」というものの力に、初めて深く心を動かされました。そのような経験を振り返る中で、私は気づいたのです。——本当に強い人というのは、『自分は愛されている』と信じられる人なのだと。たとえ一部の人から傷つけられたとしても、人生への情熱を失わない。その姿に、自分は大きな学びを得ました。同時に、私もこう思いました。愛や善意というのは、本来とても自由なものです。条件付きで与えられることもあれば、無条件に近い形で差し伸べられることもある。聖人のように無条件で愛し続けることは、きっと誰も簡単ではありません。しかし——『期待すれば気持ちが変わってしまう』と気づくこと自体が、異文化を理解する上でとても大切なのだと思います。愛や善意というのは本来とても自由なもので、相手に「こうしてほしい」と期待するんじゃなくて相手のありのままを受け入れることで初めて理解が始まるのだと思います。そして、この姿勢こそが、文化や価値観の違いを越えて相手を理解するために必要なのだと実感しています。文化や価値観は違っても、その根底には“人を信じたい”という思いと、時に無条件に近い優しさがある——今はそう実感しています。45. Individualization とつながり「Individualization」という概念の翻訳に迷ったため、ここではあえて英語の原語を使いました。この概念は19世紀の哲学に起源を持ちます。19世紀末から20世紀半ばにかけて、有名な社会学者デュルケムやマックス・ウェーバーが、この概念を社会学的観点から再解釈しました。今日では、この概念は広義に使われており、個人が社会の中で伝統的な集団や身分、規範から徐々に「解放」され、自ら選択し、自らのアイデンティティを定義し、結果に責任を持つ過程、また

は状態を指しています。簡単に言うと、「自己意識の広がり」です。かなり長い間、自分は「自己意識」というものを、反抗の意味だと考えていました。「自分の意志でやりたいことをやること」や、「自分に反対する人や物に抵抗すること」だと思っていました。しかし、後になって気づきました。それは「自己意識」ではなく、むしろ「エゴイズム」と言っても過言ではありません。自分の修士課程では、社会学を専攻し、指導教員の一人、片岡佳美先生は、家族社会学の専門家です。この二年間で、自分に最も大きな影響を与えたのは、『A Sociology of Family Life』という本です。この本は、自分に一つの重要な事実を伝えてくれました。それは、自己意識が人々のつながりを不安定にする要因の一つかもしれない、ということです。確かに、自己意識が強まることで、個人はより自立的になり、自分の考えや意思をはっきり持つことができます。これは現代社会において重要なことであり、個人の自由や多様性を尊重する基盤となっています。しかし一方で、自己意識の強まりは、伝統的な家族や地域社会、集団との結びつきを弱めてしまう傾向があります。個人化という現象については、多くの社会学者が批判的な視点を示しています。例えば、デュルケムは、共同体や社会的規範からの解放が進むと“アノミー”と呼ばれる規範の喪失が生じ、個人が孤立しやすくなると警告しました。バウマンもまた、個人化が自由を広げる一方で、不安定さや孤独、さらには自己責任の重圧を強めると指摘しています。ベックは、伝統的な役割や保障から解放された個人が、逆にリスクや不確実性を一人で背負わされる状況に置かれると述べました。さらに、ブランソンは、家族や生活設計に柔軟性をもたらす半面で、世代間の支援や役割期待が不明確になると論じています。そしてエルハルダスは、個人化が社会的連帯を希薄化させ、コミュニティへの帰属意識を弱め、孤立や疎外感を生み出すと警鐘を鳴らしました。つまり、多くの学者が指摘するように、個人化は一方で自由を促すものの、他方で孤立や不安を深めるリスクを抱えているのです。このような矛盾や緊張は、現代社会が抱える大きな課題の一つであり、私たちはそのバランスをどうとるかを、常に考え続けなければなりません。とはいえ、自分が出会った多くの人々には、自己意識と他者への思いやりを軸にしながらも、個人の選択や価値観の多様化によって生まれる人間関係の断片化、流動性、との間のバランス、つまり自由と連帯の間のバランスが、うまくとれるような感じがあります。つまり、彼らは、異文化との繰り返しの衝突の中で自分を見失うことなく、むしろ一度一度受け入れ、寛容さを持つことで、自分自身だけでなく接触していた相手も、より良く成長しているのです。彼らは、異文化に対してより寛容な態度を持っています。国籍を問わず、彼らの多くは、留学経験があったり、多くの国際交流活動に積極的に参加したりしています。そうした豊かな異文化交流の経験が、彼らの考え方に大きな影響を与えているのだと思います。自分の例をあげましょう。2022年、初めて日本に来たとき、島根の友人が米子空港で手作りの『熱烈歓迎、安さん』の看板で迎えてくれました。この時、自分は「ただ会えるだけでも、とても貴重なことだ」と気づき、普段から身の回りのすべての人や物に感謝の気持ちを持つべきだと思いました。去年、島根大学と中国の西北農林科技大学が共催した「六次産業化国際フォーラム」で翻訳を担当しました。こうした社会活動に積極的に参加することで、自分自身が成長できると同時に、心も少しずつ落ち着き、周りの世界や人をもっと寛容に受け入れられるようになったと感じました。こし、奨学生としてロータリーに参加し、人口減少や地域過疎化の中で、各クラブの分布が地域連携の座標点になっていることに気づきました。そこから、個人の自由と地域・国際の連帯感、制度設計と自発的参加によって共存できるのだと考えるようになりました。自分は、このような交流と成長こそが、現状の行き詰まりを打破する鍵なのではないかと考えています。交流を重ね、成長するほど、私たちはより寛容な目で世界を見られるようになるのだと思っています。終わりに以上が、ロータリー米山記念奨学会の奨学生として自分が考えていることです。この経験と学びを胸に、これからも異文化の架け橋となり、多くの人とつながりを育んでいきたいと思っています。自分がここにいる意味、この繋がりを大切に、地域・国際の連携、さらに世界の平和に、少しでも、貢献することだとすれば、それなら、自分は、誠に嬉しく存じます。以上です。ご清聴ありがとうございました。