

# 2023-2024 ROTARY INTERNATIONAL DISTRICT 2610 TOYAMA CITY ROTARY CLUB

国際ロータリー第2610地区  
富山シティーロータリークラブ

国際ロータリー/クラブ番号 31803  
創立 1996. 7. 27 承認 1996. 8. 21

NO. 31号

令和6年5月27日発行



世界に希望を生み出そう

## 前回例会の記録

### 第1158回第2回職場訪問例会

と き 令和6年5月16日(木)  
と ころ フジテレビ本社ビル大会議室  
進 行 SAA 浅木和朗さん

- 開 会 点 鐘 西野会長
- 会 長 挨拶 西野会長
- 幹 事 報 告 五本幹事
- 閉 会 点 鐘 西野会長

■ 出席報告○数字は内Zoom出席人数、( )は内サイン人数です。

|     |         |           |        |
|-----|---------|-----------|--------|
| 当 日 | 5/16(木) | 34(13)/73 | 46.58% |
| 前 回 | 5/13(月) | 40③(2)/73 | 54.79% |



5月の  
ロータリーレート  
1\$ = 157円  
4月は  
151円でした。



## 夜間例会 年度末懇親会

■と き 令和6年6月10日(月) 例会 18:30~、懇親会 18:40~20:30  
■と ころ ホテルグランテラス富山4階 瑞雲の間 ■会 費 10,000円  
余興は、富山駅前ではフレアバーを経営されている株モザイクワークス様です。  
西野会長年度の締めくくりにふさわしいパフォーマンスで  
盛大に盛り上げていただきます。

※出欠のご返答は、5月27日(月)までをお願いいたします。



## シティーゴルフクラブ ゴルフコンペ

- と き 令和6年6月30日(金) 11:40 スタート
- と ころ 呉羽カントリークラブ 立山コース
- ゴルフ参加費 2,000円 ■その他 各ショートホール 1オンしない人 500円
- 懇親会 後程お知らせします。※ご参加の方は、6月10日(月)までにお申し込みください。



## 次回の予定5月27日(木)

と ころ: オークスカナルパークホテル富山2階  
【通常例会】12:30~「東の間」  
【ガバナー補佐懇談会】11:30~「橋の間」  
【卓話】「街づくりとスポーツ」  
公益社団法人 富山県サッカー協会  
副会長 遠藤忠洋氏

## 次々回の予定6月3日(月)

と ころ: オークスカナルパークホテル富山4階  
【理事役員会議】12:00~「檜の間」  
【次年度理事役員会議】12:15頃~「檜の間」  
【通常例会】12:30~「翠鳳の間」  
【会員卓話】「成人矯正歯科治療」  
さわはた矯正歯科医院 院長 澤端喜明氏

### 洋食メニュー

- ・シーフードの香草焼きと  
焼き野菜バルサミコソース
- ・蒸し鶏とブロッコリーの彩サラダ
- ・焼きたてプチパン2種
- ・コーンスープ
- ・グラスデザート
- ・コーヒー



富山シティーロータリークラブ

例会日: 月曜日 12時30分

会 場: オークスカナルパークホテル2Fまたは4F

富山市牛島町11-1

TEL (076) 432-2000

事務所: オークスカナルパークホテル富山5F

富山市牛島町11-1

TEL・FAX (076) 441-1737

事務局携帯 090-8703-1996

携帯メール [toyamacityrc@docomo.ne.jp](mailto:toyamacityrc@docomo.ne.jp)

E-mail: [jimukyoku@toyama-city-rc.jp](mailto:jimukyoku@toyama-city-rc.jp)



## 第2回職場訪問例会：フジテレビ



2023-2024 年度 第2回目の職場訪問例会は、東京港区のフジテレビ本社ビルを訪問しました。「赤富士」の絵がかかる大会議室で、ビジネス推進局長の石井浩二様と生野陽子アナウンサーにご講演いただきました。その後、タレントクロークや本社ビル最大のV5スタジオ、美術倉庫を見学、メディアタワーに移動して「ノンストップ」を制作しているV6スタジオや球体展望台を見学させていただきました。職場訪問後は、18階のレストラン DAIBA へ移動しての懇親会と、特別な時間をお過ごしいただけたのではないのでしょうか。お世話いただきましたフジテレビ関係者の皆様に心から感謝申し上げます。



石井浩二ビジネス推進局長と  
生野陽子アナウンサー



\* 週報に掲載の画像について、複製、転載、転用、改変等の二次利用を固く禁じます。



## 前々回例会の記録

### 第1157回通常例会

と き 令和6年5月13日（月）

ところ オークスカナルパークホテル富山2階

進 行 S A A 浅木和朗さん

■ 出席報告 ○数字は内 Zoom 出席人数、（ ）は内サイン人数です。

|     |         |            |        |
|-----|---------|------------|--------|
| 当 日 | 5/13（月） | 38 ③(0)/73 | 52.05% |
| 前 回 | 5/6（月）  | 振替休日       | 休会     |



- 開 会 点 鐘 西野会長
- ソ ン グ 斉 唱 国歌、奉仕の理想
- 四 つ の テ ス ト 西野会長
- ゲ ス ト 紹 介 T・SGYM(パーソナルトレーナー) 齊藤拓也様
- 会 長 挨 拶 西野会長
- 幹 事 報 告 五本幹事
- 各 委 員 会 報 告 職場訪問例会について 岡崎洋三さん
- 2024-2025 年度委員会配属名簿発表 長谷川会長エレクト\*P5 掲載
- 優 秀 会 員 表 彰 (皆出席) 笹山和紀さん (33 年)、清水恵大さん (16 年)
- 誕 生 日 御 祝 い 稲田 寛さん (5/2)、堀 秀泰さん (5/5)、稲田礼司さん (5/8)  
岡崎洋三さん (5/9)、田村直久さん (5/11)、水野二郎さん (5/25)  
永森美智子さん (5/4)、松田聖子さん (5/5)  
野崎 薫さん (5/23)、堀真由美さん (5/26)
- 結 婚 記 念 日 御 祝 い 西野晴仁さん (5/1)、小田 大さん (5/5)、松田 博さん (5/5)、山室尚悟さん (5/5)  
高田 浩さん (5/11)、堀江耕一さん (5/13)、奥野義一郎さん (5/18)、堀 秀泰さん (5/19)  
田村直久さん (5/21)、野崎 保さん (5/22)、大坪修身さん (5/25)、広野 徹さん (5/26)
- 卓 話 「私が日本一になるまでのプロセスについて」  
T・SGYM(パーソナルトレーナー) 齊藤拓也氏
- 閉 会 点 鐘 西野会長

### ニコニコボックス

- 孫が産まれました。
- 卓話でお世話になります。
- 優秀会員表彰をいただきました。
- 誕生日のお祝い。
- 誕生日のお祝いをいただきました。
- 結婚記念日祝をいただきました。
- 44 回目結婚記念日祝をいただいて。
- 福島 修さん ●末娘が結婚しました。
- 齊藤 勲さん
- 笹山和紀さん ●誕生日、結婚記念日祝をいただきました。
- 稲田 寛さん ●誕生日祝をいただきました。
- 岡崎洋三さん ●結婚記念日祝をいただきました。
- 奥野義一郎さん ●結婚記念日祝をいただきました。
- 高田 浩さん ●結婚記念日祝をいただきました。
- 高木悦郎さん
- 田村直久さん
- 扇浦 学さん
- 堀江耕一さん
- 広野 徹さん
- 西野晴仁さん

(5/13 日現在累計金額 746,000 円)

【卓話】



### 「私が日本一になるまでのプロセスについて」

T・SGYM(パーソナルトレーナー) 齊藤拓也氏

#### 1. なぜ私がボディメイクを始めコンテストに出場するようになったのか。

・2014 年～2015 年の間に精神的不安定になり体重が 49 キロまで落ちガリガリに。それを見ていた友人からトレーニングの誘いをうけトレーニングを開始。高校時代軽々やっていたウエイトトレーニングも全くできず絶望する。もともと負けず嫌いだった事もありどんどんのめりこんでいく。

・2017 年、後輩からベストボディジャパンというコンテストがあるので一緒に出ましょう！と誘いを受け何もわからぬまま出場し結果惨敗。予選も通過できずに終わってしまう。何もわからぬまま出場したので当然なのですがこの時は悔しくて仕方なかった。

## 2. 悔しさを糧に模索を開始

どうすれば勝てるのか？どうやれば筋肉が作れるのか？まず自分が思う疑問点を全て書き出し研究、勉強、実行、反省を繰り返していく。翌年 2018 年地方大会にて優勝する。自分のやってきたことが間違いではないと確信する。全国大会へ進む。結果予選落ち。全国という分厚い壁がありました。全国大会で何が足りなかったのかを振り返り全国で活躍する選手をとにかく研究し DM を送り勝つためのコツを聞き自分にできることをひたすら考え実行していく。翌 2019 年 地方予選で勝ち上がり全国大会へ 結果日本 TOP10 入り。

## 3. 確実な手応えを掴み鍛錬の日々

新型コロナウイルスが流行し全国的に自粛ムードになり 2020 年は地方予選のみに参加。2021 年地方を勝ち上がり全国大会へ。この時日本 3 位になる。ここで初めて勝ちに行くという目標から日本 1 位をイメージするようになります。自分の中で確実な手応えを掴めたからである。また初心に立ち返り今の自分に足りないもの、日本一になるには何をどうすればいいのか日々考えては行動に移し自身を鍛え上げていきました。翌年 2022 年自身最高の状態で挑むが結果日本 2 位。

## 4. 挫折からの日本一へ

日本 2 位の結果を受け心が折れかけてしまう。十分凄いことかもしれないが 1 位を目指していただけない納得できずにいました。心身も疲弊し翌年の出場もどうしようか悩んでいました。しかし、ここで私をずっと見てくださっていた方の言葉で救われ、鼓舞され今一度チャレンジしようと心に決める。

その言葉とは・・・「ずっと齊藤君を見てきました。話したこともないけどポテンシャルゼロの子がどんどん強くなっていく。見ている側としては本当に心が震えた。諦めないでほしい。歴史を変えてほしい。ずっと応援していますからね。」ベストボディジャパンという団体はミスター&ミスコンテストであり美男美女、体のトータルバランスが鍵になり芸能関係、インフルエンサー、モデルの方が多く出場し一般人には到底優勝など無理だと設立当初から言われていました。ましてや顔が薄く低身長の私ですから論外だと思っていました。この歴史を一般人が変えたら。それほど凄いことはない。このような気持ちになり自分を応援して下さっている皆に不可能なことはないと証明してみせようと心に決めました。顔、身長、影響力の無い私にできること。これを考えた時に答えは一つしか出てきませんでした。それは「誰もが納得する圧倒的な体」ステージに立った瞬間に誰もがもう優勝はあの人だろうと納得せざる負えない体と仕上がりで挑むこと。審査員も私から目を背けさせないように他を圧倒すること。これをテーマに 1 年、体を見直していきステージでの表現力、オーラを出す事に専念しました。遂にその瞬間が訪れます。2017 年から挑戦し 2023 年という 6 年をかけ全年代別総合優勝。諦めずにひたむきに努力の方向性を考え模索しやっと手に入れることができた。

## 5. まとめ

夢と叶えるということは並大抵の事ではない。夢を叶えるためには、いくつかの重要な要素があります。以下に、夢を実現するために必要なことをいくつか私なりに挙げてみます。

1. 目標設定：具体的かつ実現可能な目標を設定することが重要。目標をより明確にすることでそれに向かって進むための指針となる。
2. 努力と忍耐：夢を叶えるには努力と時間が必要です。途中で挫折しないためには忍耐が重要になります。
3. 自己信頼：自分自身や自分の夢に対する自己信頼を持つことが重要です。自分が夢を叶える力を持っていると信じるのが成功への第一歩です。

4. 学習と成長：新しいスキルや知識を身につけ、成長し続けることが重要です。自己啓発や学習の努力は、夢を叶えるために不可欠な要素です。

5. ポジティブなマインドセット：困難に直面したときにも前向きな姿勢を保ち、挑戦を肯定的にとらえることが大切です。

これらの要素は夢を叶える上で重要なものですが、それぞれの状況や目標によっては異なることがあります。夢を叶えるためには、具体的な目標とそれに向かっての計画を立てることが重要。その上で、持続的な努力と柔軟性を持ちながら進んでいくことが成功への道だと私は思います。

長くなりましたがご清聴ありがとうございました。



2024-2025 年度 理事・役員名簿

(敬称略)

| 理 事               |         | 役 員             |         |
|-------------------|---------|-----------------|---------|
|                   | 長 谷 川 徹 | 会 長             | 長 谷 川 徹 |
|                   | 辻 正 博   | 会 長 エ レ ク ト     | 辻 正 博   |
| ク ラ ブ 奉 仕 A       | 高 田 浩   | 副 会 長           | 野 崎 保   |
| ク ラ ブ 奉 仕 B       | 野 崎 保   | 幹 事             | 福 島 修   |
| 職 業 奉 仕           | 山 口 純 平 | 副 幹 事 ( 次 期 )   | 岡 崎 洋 三 |
| 社 会 奉 仕           | 齊 藤 行 男 | 副 幹 事           | 五 本 幸 二 |
| 国 際 奉 仕           | 酒 井 康 光 | 会 計             | 鷲 塚 一 夫 |
| 直前会長<br>(会 計 監 査) | 西 野 晴 仁 | S A A           | 扇 浦 学   |
|                   |         | 副 S A A ( 次 期 ) | 山 室 尚 悟 |

2024-2025 年度委員会名簿

|                            | 理 事     | 委員会名           | 委員長     | 副委員長    | 委 員                                                         |
|----------------------------|---------|----------------|---------|---------|-------------------------------------------------------------|
| ク<br>ラ<br>ブ<br>奉<br>仕<br>A | 高 田 浩   | R 情報<br>未来ビジョン | 高 木 悦 郎 | 西 野 晴 仁 | 高 田 浩、土 田 豊                                                 |
|                            |         | 会員増強           | 山 室 尚 悟 | 犬 嶋 良 一 | 河 上 弥 一 郎、島 秀 一、三 羽 邦 久                                     |
|                            |         | 出席奨励           | 浅 木 和 朗 | 秋 田 浩 志 | 神 田 敏                                                       |
|                            |         | 公共イメージ         | 清 水 恵 大 | 駒 井 基   | 斉 藤 好 一、羽 根 敬 喜、山 本 一 三                                     |
| ク<br>ラ<br>ブ<br>奉<br>仕<br>B | 野 崎 保   | プログラム          | 中 西 修   | 浅 野 端   | 桶 屋 泰 三、小 田 大、塩 井 保 彦                                       |
|                            |         | 親睦活動           | 稲 田 礼 司 | 小 路 晃   | 狩 野 覚、奥 野 義 一 郎、広 野 徹<br>堀 秀 泰、堀 井 謙 吾、松 井 秀 太 郎<br>宮 嶋 博 悦 |
|                            |         | コミュニティ         | 中 田 明 男 | 岩 嶺 勝 乗 | 田 村 直 久、橋 爪 宏 昌、松 田 博<br>水 野 二 郎                            |
| 奉 職<br>仕 業                 | 山 口 純 平 | 職業奉仕           | 土 田 宏   | 増 山 輝   | 稲 田 寛、笹 山 和 紀、中 川 雄 介                                       |
| 社 会<br>奉 仕                 | 齊 藤 行 男 | 社会奉仕           | 嶋 直 樹   | 齊 藤 勲   | 大 津 賀 保 信、布 村 誠、藤 井 一 彦                                     |
|                            |         | 青少年奉仕          | 奥 野 隆   | 中 川 元   | 大 坪 修 身、澤 端 喜 明、永 森 豊 隆                                     |
| 国 際<br>奉 仕                 | 酒 井 康 光 | 国際奉仕           | 中 川 幸 夫 | 盛 利 章   | 石 橋 隆 二、金 森 俊 樹                                             |
|                            |         | R 財団<br>米山奨学会  | 清 田 力 三 | 堀 江 耕 一 | 秋 山 眞、広 田 敏 幸、米 田 憲 司                                       |



## 富山第2グループ親睦ゴルフ競技会 結果報告



5月18日(土)に呉羽カントリークラブ日本海コースにおいて、富山第2グループ親睦ゴルフ競技会が開催されました。当クラブは、団体の部で4位でした。参加されました皆様、お疲れ様でございました。

### ■個人の部（敬称略）

|           |           |           |          |
|-----------|-----------|-----------|----------|
| 3位 酒井 康光  | 11位 橋爪 宏昌 | 30位 狩野 覚  | 32位 奥野 隆 |
| 35位 奥野義一郎 | 38位 犬嶋 良一 | 51位 稲田 礼司 | 64位 高田 浩 |
| 70位 塩井 保彦 | 78位 中川 雄介 |           |          |

### ■団体の部

|        |           |          |           |
|--------|-----------|----------|-----------|
| 優勝 富山  | 準優勝 富山みらい | 3位 富山大手町 | 4位 富山シティー |
| 5位 富山南 | 6位 富山西    | 7位 富山中   |           |

■特別賞 なんでもニアピン賞（OUT スタート NO. 9）高田 浩さん



## 第3490地区台湾東部地震への支援金について

地区から、台湾東部地震への支援金の依頼が届きました。

社会奉仕予算より、会員1人当たり1,000円を送金させていただきますので、ご了承ください。





株式会社 広野

For The Best Product System

HIRONO

私たちの仕事には、未来と対話する誇りがあります

株式会社 広野

代表取締役 廣 野 徹

【本社】〒931-8431 富山県富山市針原中町 356 , TEL 076-451-1818 / FAX 076-451-8108

【東京営業所】〒101-0054 東京都千代田区神田錦町 1 丁目 5 番 金剛錦町ビル 2F , TEL 03-5577-3842 / FAX 03-5577-3843

【大阪営業所】〒573-1118 大阪府枚方市楠葉並木 2 丁目 22-1 樟葉ビル 306 , TEL 072-868-7738 / FAX 072-868-7748



光ケーブルを主体とした情報伝送路の構築から、携帯基地局の新設・保守、所内のネットワーク構築など、幅広く電気通信工事業を行っています。



株式会社 アクセス

専務取締役 福島 修

富山市南金屋124番地

TEL : 076-428-9215

FAX : 076-429-8339

# 富山シティロータリークラブ スケジュール

2024 **5** 月 May

| 日              | 月                                                                                                 | 火                       | 水                                                                                  | 木                     | 金                     | 土                             |
|----------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------|------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------|-----------------------|-------------------------------|
|                |                                                                                                   |                         | 1                                                                                  | 2                     | 3<br>憲法<br>記念日        | 4<br>みどりの<br>日                |
| 5<br>こどもの<br>日 | 6 振替休日                                                                                            | 7                       | 8<br>15<br>富山第2<br>G 現新会<br>長幹事会<br>議                                              | 9                     | 10                    | 11                            |
| 12             | 13 通常例会 (2 階東の間)<br>【理事会】12:00~「橋の間」<br>【卓話】「私が日本一になるまでのプロ<br>セスについて」T・SGYM(パーソナルトレ<br>ーナー) 齊藤拓也氏 | 14                      | 16 第2回職場訪問例会・懇親会<br>【訪問先】フジテレビ 15:00~17:00<br>【懇親会】フジテレビ 18F<br>レストラン DAIBA 18:00~ | 16                    | 17<br>電気<br>ビル<br>富山南 | 18 富山第2<br>G 親睦ゴ<br>ルフ競技<br>会 |
| 19             | 20 例会変更<br>5/16 (木) へ例会変更<br>例会はございません。                                                           | 21<br>カナル<br>パーク<br>みらい | 22<br>グラン<br>テラス<br>富山中                                                            | 23<br>電気<br>ビル<br>富山西 | 24                    | 25                            |
| 26             | 27 通常例会 (2 階東の間)<br>【ガバナー補佐懇談会】11:30~「橋の間」<br>【卓話】「街づくりとスポーツ」<br>公益社団法人 富山県サッカー協会<br>副会長 遠藤忠洋氏    | 28                      | 29                                                                                 | 30                    | 31                    |                               |



5月の  
サインメイクアップ

- 17日(金)電気ビル  
富山南RC  
サイン時間 9:30~13:30
- 21日(火)カナルパーク  
富山みらいRC  
サイン時間 9:30~13:30
- 22日(水)グランテラス  
富山中RC  
サイン時間 9:30~13:30
- 23日(木)電気ビル  
富山西RC  
サイン時間 9:30~13:30



6月の  
サインメイクアップ

- 4日(火)カナルパーク  
富山みらいRC  
サイン時間 9:30~13:30
- 11日(火)電気ビル  
富山RC  
サイン時間 9:30~13:30



2024 **6** 月 June

| 日        | 月                                                                                                   | 火                      | 水  | 木  | 金  | 土                                  |
|----------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------|----|----|----|------------------------------------|
|          |                                                                                                     |                        |    |    |    | 1                                  |
| 2        | 3 通常例会 (4 階翠鳳の間)<br>【理事会】12:00~「檜の間」<br>【次年度理事会】12:15 頃~<br>【会員卓話】「成人矯正歯科治療」<br>さわはた矯正歯科医院 院長 澤端喜明氏 | 4<br>カナル<br>パーク<br>みらい | 5  | 6  | 7  | 8                                  |
| 9        | 10 夜間例会年度末懇親会<br>18:30~ホテルグランテラス富山                                                                  | 11<br>電気<br>ビル<br>富山   | 12 | 13 | 14 | 15                                 |
| 16       | 17 通常例会 (4 階翠鳳の間)<br>【卓話】今井尚志氏<br>【現新クラブアッセンブリー】<br>13:30~2 階「橋の間」                                  | 18                     | 19 | 20 | 21 | 22                                 |
| 23<br>30 | 24 通常例会 (2 階東の間)<br>【卓話】会長・幹事・SAA 退任挨拶<br>現新会長幹事バッジ交換                                               | 25                     | 26 | 27 | 28 | 29<br>国際青少<br>年交換委<br>員会 委<br>員長会議 |