



OKAYA

岡谷ロータリークラブ

- 会長／小口 隆
- 副会長／吉村栄二・今井康善
- 幹事／薩摩 建
- R 情報(会報)委員長／小口智之

- 事務所／岡谷市中央町 1-4-1・Tel/0266-22-6939・Fax/0266-23-6939
URL: okayarc.org・Email: okayarc@bz04.plala.or.jp
- 例 会／毎週火曜日 PM12:30 太田屋メモリー

第 3081 回例会 2025 年（令和 7 年）11 月 18 日(火)

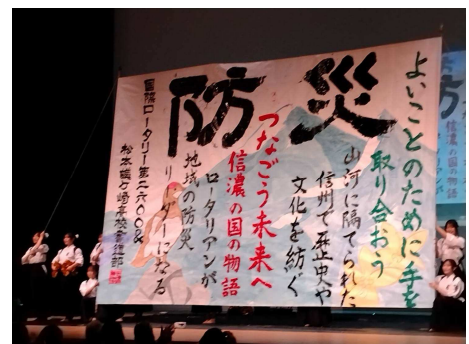
点 鐘：小口 隆 司 会：笠原新太郎
斉 唱：それでこそロータリー
ラッキー No：NO. 20 大橋正明
結 婚 祝：中畑隆一・小口隆・宮坂晃介・矢島貴・三村智久・小野雅弘

会 長 挨 拶

こんにちは。この週末、昨日も温かい 1 日でしたが、大寒波の影響なのか一気に寒くなり、北海道では大雪が降っていると今朝のニュースで報じていましたが、冬が目前に迫っている今日この頃でございます。

まず始めに本日のゲストをご紹介します。(株)やまびこスケートの森総務部部長の今村俊明様でございます。後ほど卓話をお願いしてあります。どうぞ宜しくお願い致します。先日の日曜日、松本キッセイ文化ホールにて行われました地区大会にご参加頂きました皆さん、早朝より大変お疲れ様でした。ガバナーが本年は防災・減災をテーマに掲げて大会を開催されましたが、自助・共助・公助の大切さを感じる寸劇などもあり、色々と学ぶ機会となりました。

さて11月はロータリー財団月間であることは、前回の例会の際にお伝えしましたので、早速ロータリー財団のことに触れたいと思います。ロータリー財団は今から100年以上前の1917年(大正6年)に当時のアーチ・クラブ会長が「世界でよいことをするための」基金の設置を提案されたそうです。最初の寄付は26ドル50セントでした。その当時のレートで行くと、アメリカでの1ヶ月の賃金が約20ドル～25ドルだったそうですので、1ヶ月分の給料全額位の価値になります。ちなみに、日本では1ドル＝約2円だったそうですので、53円ほどになります。53円が今の価値でどれ位かというのが、様々な換算の仕方があると思いますが、こちらもその当時の賃金で換算すると、普通の会社員で20円から35円だったそうですので、給与約2か月分になります。今の感覚からすると大卒で20万を



超えますので、40万円以上になるのでしょうか。かなり高額な寄付になると思われます。
26ドル50セントから始まった寄付金も、現在は1億2000万ドル(日本円で約180億円)に
増えています。この180億円の寄付金は大きくは、先月図書館へ寄贈させて頂いた機器
などの一部に利用させて頂いた地区補助金、災害救援補助金、グローバル補助金、大規
模プログラム補助金の4つに分かれます。

その内の81,500万ドル(120億円以上)が、グローバル補助金として毎月私が説明さ
せて頂いている〇〇月間に拠出されているようです。

「基本的な教育や識字率向上」「地域社会の経済発展」「母子の健康」「平和構築と紛争予
防」「水と衛生」「環境」そして「疾病予防と治療」の大きく7つに分かれています。その中で
多くを占めるのは「疾病予防と治療」になり、半分以上の60億円を拠出しています。12月
がちょうど「疾病予防と治療月間」になりますので、ここでは説明は省きますが、1番は勿論
ポリオ根絶活動に活用されているそうです。

以上ロータリー財団について触れさせて頂きましたが、月初めに矢島財団委員長から寄
付金のお願いがありました。私も今月寄付させて頂こうと思っております。是非皆様も願
いできればと思います。以上、まとまりませんが会長挨拶とさせて頂きます。

幹事報告

- ・次週11月25日は、年間計画による指定休会日です。
- ・次回は11月27日、3クラブ合同夜間例会、マリオにて18時半からです。



卓話「～メダルの裏側にある習慣と心 幸せは健康から～」

やまびこスケートの森 総務部長今村 俊明 様

2025/11/18 岡谷ロータリークラブ

～メダルの裏側にある習慣と心 幸せは健康から～

今村俊明

自己紹介

- ・岡谷南高校(昭和55年度卒業)
- ・日本大学経済学部(昭和59年度卒業)
- ・スピードスケート選手(～25歳まで)
- ・サラエボオリンピック代表選手(長距離)1984年
現役引退後にサンエスケートへ入社(貿易関係の仕事)
- ・スピードスケートの指導者(約30年)
- ・日本大学・監督、ミサワホーム・コーチ
- ・日本電産サンキョー・監督(三協精機)
- ・オリンピック代表コーチ5回、監督1回
- ・長野県スケート連盟・副会長
- ・AC長野パルセイロ・前社長
- ・日本大学スケート部・総監督
- ・(株)やまびこスケートの森 取締役総務部長

昭和55年 世界ジュニア代表



1997年 三協精機(株)スケート部創部

- 1984年 サラエボオリンピック 選手として
5000m 10000m 出場
- 1994年 リレハンメルオリンピック
- 1998年 長野オリンピック
- 2002年 ソルトレイクオリンピック
- 2003年 日本電産株式会社と日本三協精機
(日本電産サンキョー)
- 2006年 トリノオリンピック
- 2010年 バンクーバーオリンピック
- 2014年 ソチオリンピック
- 2018年 平昌オリンピック
- 2022年 北京オリンピック
- 2022年 3月 三協精機(日本電産サンキョー)廃部

五輪選手 延べ55名
五輪メダル 金3 銀2 銅3 計8個

清水宏保選手 (長野オリンピック)



長野オリンピック 500m 金メダルの時の滑走

メダルセレモニー

金メダルを決めた
レース後のガッツポーズ

1000mでも銅メダル獲得

清水宏保 長野オリンピック500m



大菅小百合選手



ソルトレイクオリンピック
トリノオリンピック出場



アテネオリンピック出場
自転車500mタイムトライアル
(日本記録樹立)

加藤条治



長島圭一郎



バンクーバーオリンピック
500m 銀、銅
長島圭一郎、加藤条治



吉井小百合 (茅野市出身)



バンクーバーオリンピック
500m 5位

高木菜那



2014全日本距離別大会
小平奈緒を抑えて優勝

一期一会

- ▶ 小学校1年の担任との出会い
- ▶ 岡谷スケート振興会発足
- ▶ 岡谷南高校での顧問、コーチ、OB、仲間
- ▶ 大学時代の恩師、仲間との出会い
- ▶ その他の多くの出会い(教員、関係者)
- ▶ ニデック創業者の永守重信氏との出会い
旧(日本電産)

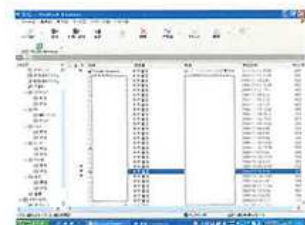
ニデック(株) CEO (旧)日本電産(株) 創業者・永守重信



三大精神

- ▶ 情熱・熱意・執念
- ▶ 知的ハードワーキング
- ▶ すぐやる、必ずやる、できるまでやる

永守CEOからのメールの嵐



スケート部部室・トレーニング室の壁に貼ってあったポスター

メダリストを育てるために 私が大切にしてきたこと

- ▶ リーダーとして大きな目標を持っていること
- ▶ 高い目標・戦う気概
- ▶ 絶対に一番になるという強い気持ち
- ▶ チームが一つになる
- ▶ ベクトルを合わせる(スタッフ間、選手スタッフ間)
- ▶ 同じことを繰り返し伝える
- ▶ 監督、選手共に一流に飛び込む
(ベンチマーキング)
- ▶ そのためには外部との交渉・調整が重要



2005年・夏、アメリカ



2014年・夏、オランダ

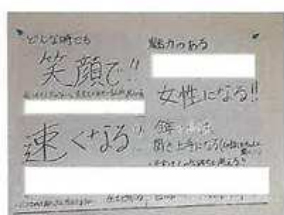


金日本ナショナルチーム
ヘッドコーチ ヨハン・デビッド

私から見たメダリストの共通点

- ▶ 大きな夢がある、目標がある
- ▶ おめでたい(根拠のない自信)自己効力感
- ▶ 負けず嫌いな
- ▶ 研究心がある
- ▶ 道具を大切にしている
- ▶ 気持ちの切り替えができる
- ▶ 自己責任が強い(他人のせいにならない)
- ▶ 自ら考え行動できる(Proactive)(自主練習)
- ▶ 結果にこだわる、結果に対しての責任感がある
- ▶ 愛されている(応援される選手)努力・謙虚・感謝

高木菜那のアパートの壁に貼ってあった



とことん結果にこだわった選手



ミラノ五輪候補選手(諏訪地方出身)



三人共 メダル候補

プロサッカークラブ・AC長野パルセイロについて

J3リーグ



WEリーグ



AC NAGANO PARCEIRO

AC NAGANO PARCEIRO

フロント	強化
<ul style="list-style-type: none"> ■営業 ■チケット ■ファンクラブ ■運営 ■広報 ■ホームタウン（地域密着） 	<ul style="list-style-type: none"> ■編成（強化部長） ■スカウト ■コーチングスタッフ ■分析担当 ■主務（用具・遠征手配） ■メデイカル（トレーナーetc）

[illegible][illegible][illegible][illegible][illegible]

2019年 12月 26日 星期三		2019年 12月 26日 星期三	
姓名	张	王	李
性别	男	女	男
年龄	25	22	28
身高	175	160	180
体重	70	50	80
血型	A	B	O
学历	本科	硕士	本科
专业	计算机	数学	英语
毕业院校	清华大学	北京大学	复旦大学
工作经历	3年	5年	2年
薪资	10000	12000	8000
社保	有	有	有
公积金	有	有	有
住房	有	有	有
汽车	有	有	有
婚姻	有	有	有
子女	有	有	有
宠物	有	有	有
爱好	有	有	有
特长	有	有	有
证书	有	有	有
评价	有	有	有
备注	有	有	有

[illegible]

- ・スケートリンクの運営管理(アイスアリーナ、屋外リンク400m)
- ・トレーニングセンター
- ・宿泊施設(コテージ)
- ・レストラン(Cafe)森の食堂
- ・旅客自動車運送事業
- ・ロマンネットの運営管理

[illegible]

- ▶ 健康運動指導士
- ▶ 管理栄養士
- ▶ 鍼灸あんまマッサージ指匠師・針師きゅう師
- ▶ NSCAストレングス&コンディショニングスペシャリスト
- ▶ NSCAパーソナルトレーナー
- ▶ ノルディックウォーキングオフィシャルインストラクター
- ▶ 日本糖尿病療養指導士
- ▶ 介護予防指導員
- ▶ JASPO公認スケートコーチ
- ▶ 健康運動実践指導士 他

- ・転倒予防テストとそれに付随する指導
- ・社内運動会のサポート
- ・生活習慣病に対する栄養指導と運動指導
- ・定年後の生活習慣指導講座
- ・若手社員対象の身体能力トレーニング講座
- ・歩行姿勢測定器を使用した測定会と講習
- ・組成測定器を使用した測定会と講習
- ・新人社員研修の中での運動・栄養セミナー
- ・新入社員向け「ジョーショ」(オリエンテーションなどの企画・運営)
- ・少しづつ運動を始めた方のグループ・ウォーキング教室
- ・年齢問わず誰でも、肩こり予防、腰痛改善講座

[illegible]

