



弘前アップルRC週報

ロータリー:
変化をもたらす

国際ロータリー第2830地区
弘前アップルロータリークラブ
創立: 2012年6月1日

事務局 & 例会場
〒036-8086 弘前市田園1-12-1 iAネットワーク(株)内
TEL: 0172-27-1333 FAX: 0172-27-1245



例会: 毎週水曜日 19:00 ~ 20:00

会長: 木村 由美 幹事: 澁谷 明広

2017.10.11(水) 第212回例会

- ◆ 点鐘及びテーマの唱和
木村 由美会長
- ◆ ソング 「それでこそロータリー」
- ◆ 4つのテスト 竹浪 大輔会員
- ◆ ゲスト紹介
 - ・矢澤 一輝 様
(西目屋村教育委員会、
カヌー・リオ五輪代表選手)
 - ・細川 勝也 様
(弘前RC、
西第2グループガバナー補佐)
 - ・齋藤 順司 様(弘前RC会長)
 - ・三浦 真介 様
(弘前RC、IM実行委員長)
- ◆ 握手タイム
- ◆ アピールタイム
- ◆ 幹事報告
- ◆ 委員会報告
- ◆ 外部卓話
 - ・矢澤 一輝 様
「カヌーについて」
- ◆ 閉会

・竹浪 大輔会員

アップルRC会員の皆さんにご案内差し上げましたが、12月10日フォルトーナで私の結婚披露宴があります。よろしくお祈りします。

幹事報告

・澁谷 明広幹事

- ・今月の予定は、
 - 15日: 弘前公園清掃活動及びBBQ親睦会
集合場所は弘前公園緑地課前
活動時間は9時~10時
BBQ親睦会はロマンピアにて12時~16時
会費は大人3000円、子ども1000円
 - 18日: E例会
「各会員の近況について」
 - 25日: 移動例会
ロータリーカフェ
会場はカラーニングスペースHLS弘前
会費は1000円
となっております。
- ・10月28~29日、青森市でRLIが開催されます
- ・2018年2月4日に東京で財団設立50周年記念式典がございます。
- ・先日、10月7日、8日と十和田市で地区大会が開催されました。その中で当クラブの消防車寄贈活動が広報活動優秀クラブとして地区表彰に選ばれました。また、ロータリー財団寄付成績優秀クラブ第4位でした。そして私が、新ポールハリスフェローということで記念品を頂戴しました。

アピールタイム

・三浦 真介 様(弘前RC、IM実行委員長)



IMのPRに参りました。6月にアップルRCさんでIMをやったばかりですが、来年の今井ガバナー年度が近づく前にやってみようということで11月11日(土)に西第2グループIMを開催します。皆さんにも是非お越しいただきたいと思っております。よろしくお願いします。♫

委員会報告

・三上洋一郎 管理運営委員長

10月15日の清掃活動、BBQ親睦会の件について、FBでも案内を出していますが、食材の調達等の都合上、明日12日を締切したいと思います。まだお返事をいただいていない方はお返事をお願いします。



プログラム



・外部卓話

矢澤 一輝 様(西目屋村教育委員会
カヌー・リオ五輪代表選手)
「カヌーについて」

ご紹介いただきました矢澤一輝です。長野県飯田市出身の28歳です。北京・ロンドン・リオデジャネイロオリンピックと3大会連続で、カヌーのスラロームという競技で日本代表となりました。

カヌーと言えば湖でやる複数人乗りのボート・レガッタという競技をイメージされる方が多いと思いますが、僕がやっている競技はスラロームと言って、激流の中にゲートを設置して1人乗りのカヌーで決められた通りに通過しながらゴールまでのタイムを競う種目です。コースは全長250~300メートルほどで、その中にゲートが設置されています。緑色のゲートは上流から下流に、赤色のゲートは下流から上流に通過すると決められています。

全部で20ゲートほど設置され、赤色のゲートは6つと決まっています。ポールに接触すると2秒プラス、通過出来なければ50秒プラスされます。ゴールまでのタイムは1分半ほどです。

このタイムはコースによってもゲートセットによっても変わってくるので、陸上競技などのようにコースレコードやワールドレコードのようなものではありません。

なぜ僕がこの競技を始めたかという、長野県の天竜川で父がカヌーをやっていて、それがきっかけで自分もこの競技をやってみたいと思うようになりました。

初めてカヌーに乗ったのは小学校1年生の時、湖や学校のプールなど穏やかなところで乗り始め、小学校3年生頃に川に出て行きました。湖のようなところで乗るのは良いのですが、川ではカヌーに乗った自分よりも高い波がどんどん迫ってきて、自分では制御しきれない流れに恐怖を感じました。それでもそこを突破出来た時の楽しさがあって現在でも続けています。また水の上で船を自由自在に操って紅葉を眺めたり、自然を感じたり出来るのも魅力です。

一方で、スラローム競技は人工コースです。コンクリートで作ったコースに障害物を置いて人工の波を起こしています。自然の中というよりは競技に特化したものになってきています。↗

西目屋村にあるカヌー競技場のコースは、自然の流れに重機で岩を置いて人工風の流れを作ったものです。完全に人工のコースというのは日本にはまだありません。実際には人工コースの流れを走ると、自然の流れを走るとでは感覚が全然異なります。東京オリンピックの前に人工コースを作ってそこでトレーニングが出来る環境というのが今求められています。

北京・ロンドン・リオデジャネイロと3つのオリンピックに出場してきました。オリンピックを目指すようになったのはカヌー競技を始めて少し経った頃に父から「カヌーには選ばれた人しか出られない世界一を決めるオリンピックという大会があるんだよ」と教えられ、そこに自分も出たいと思ったことがきっかけでした。

北京・ロンドン・リオデジャネイロ3大会とも、同じ種目で日本から出場出来る枠は1人しかありませんでした。僕がやっているのはスラロームでもカヤックという競技で、足を前に伸ばして座り、両側に水掻きがついたパドルを使用する競技です。スラロームには他にもカナディアンという競技があり、これは同じようなボートですが正座して座り、片側にしか水掻きがついていないパドルを使用します。

昨年のリオデジャネイロオリンピックまでスロバキア人のコーチについて練習していました。1日の過ごし方は午前中1時間半、午後1時間半くらい練習をして、さらにランニングやジムなどをこなすのが基本的なトレーニングになります。

他の競技に比べると練習時間は少ないかと思いますが、休んでいる時間がほとんどなく、身体に負担が掛かるので怪我也多い競技です。

夏は水遊びをするように気持ちの良い競技なのですが、冬は水上のトレーニングが減ってランニングやウェイトトレーニングを行う割合が増えますが、漕いだり、水をキャッチするという基本的で重要なトレーニングは水上で行います。西目屋村だとダムの上流の流れのないところで行います。ボートの進め方を自分の感覚として高める重要な時期になります。日本の冬は基本的に寒すぎるので、2月から3月はオーストラリアでトレーニングをします。1年のうち4ヶ月半は海外で過ごすような環境です。

北京オリンピックは僕にとって初めての大会で、大学2年生の時でした。小さい時から目標に頑張ってきたこともあり、出ただけで満足して雰囲気になれながら終わってしまったようなところがありました。その時の悔しさをバネにしっかりと準備をして、長野の病院にもスポンサーについていただき、ロンドンオリンピックは決勝まで残って9位という成績でした。

小さい頃からカヌーしかしてこなかった僕ですが、カヌー競技にプロはありません。今も西目屋村教育委員会にお世話になっていますが、やはりアマチュア競技なので引退後の生活は厳しいものがあります。

長野の病院にスポンサーについていただいていたロンドンオリンピック前に、このまま次の東京オリンピックまで競技を続けたら、30歳までカヌーしかやってこなかった人間がそこから社会に出なければならぬということに恐怖を感じました。

そこで、ロンドンオリンピックが終了したら社会に出て自分の将来を考えながら生活しよう決めました。その社会に出るきっかけを作ってくださったのが長野の善光寺のお坊さんで、長野県のカヌー協会の会長にあたる方でした。↘



僕のためにどうやったら競技に集中できるかを一生懸命考えてくれた方で、人のためにそれだけ何かを考えてくれる人に自分もなりたいという気持ちから、自分もお坊さんになることを決め、比叡山に修行に行って天台宗の僧侶になりました。

それ以降は「今後リオデジャネイロオリンピックに出場する選手を後押しできるくらいには国内レベルで続けていこう」という気持ちで競技を続けていました。ところが、2015年の日本選手権で久しぶりに優勝し日本代表に選ばれ、そのタイミングで昨年までお世話になったスロバキア人のコーチやカヌー連盟の方から「もう1度オリンピックを目指さないか？」と言われ、もう1度オリンピックに出たいという気持ちが高まりリオデジャネイロオリンピックの出場権も獲得することが出来ました。

オリンピック出場を決める2週間前までは普通に善光寺に朝5時から15時まで勤務していましたので、仕事後にトレーニングをするということで、他の選手に比べ半分くらいのトレーニング量だったのですが、そういった環境の中で競技を続けてオリンピックに臨んだのでスポーツ自体を楽しめた大会となりました。

次の東京オリンピックについては、出場を目指したいと思って西目屋村に移住しました。選んだきっかけはカヌーに集中しやすい環境が整っていることと、この土地で暮らしたいと思ったことです。

また、現在、教育委員会に所属しているということもあり子供達と触れ合う機会が多いのですが、普段から知っているお兄さんがオリンピックでメダルを取ったとかいうことになれば子供達にも良い影響を与えられると思っています。そのことが地域の活力になればと思っています。

今後の人生では、カヌー競技の普及だけでなく、カヌーという競技を通じて礼儀作法を身につけ、社会に通用する人材を育成して行きたいと思っています。

会長の言葉

・木村 由美会長

矢澤様、今日は貴重なお話ありがとうございます。是非2020年の東京オリンピックに向けて練習を楽しんでいただきたいと思いました。

本当に今日はありがとうございました。

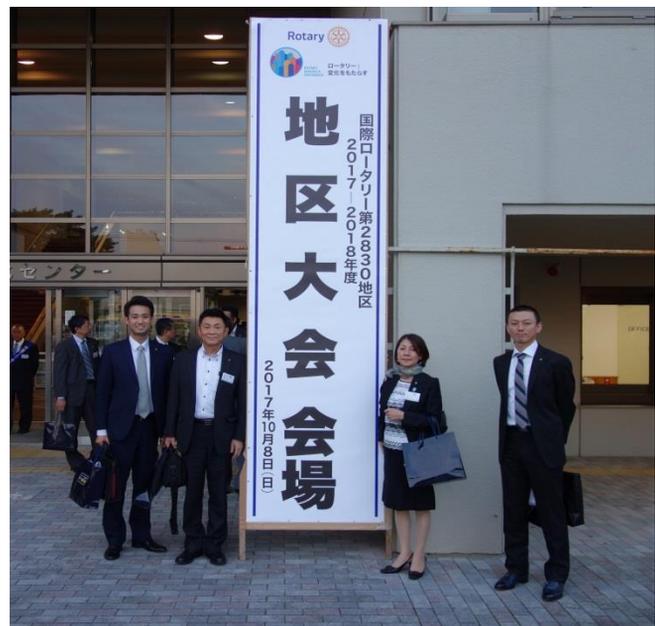
地区大会

10月7日、8日の2日間、十和田市で2017-2018年度地区大会が開催されました。

当弘前アップルロータリークラブでは消防車寄贈活動が広報活動優秀クラブとして地区表彰に選ばれました。

また、ロータリー財団寄付成績優秀クラブ第4位という成績を収めました。

そして、新ポールハリスフェローとして澁谷明広幹事が記念品を贈呈されています。



今回の出席報告

◆出席者
例会 12名

第211回例会(10/4)の出席報告

◆出席者
例会 7名
MU 1名
計8名
修正出席率 25.80%

会員数 : 31名 (出席義務 : 31名 ・ 出席免除 : 0名)



ニコニコBOX



・西第2グループガバナー補佐 細川勝也様：
地区大会参加の木村会長他、会員の皆様、大変お疲れ様でございました。来月18日(土)は、IMでございます。弘前アップルRCの皆様の暖かいご登録をお待ち致しております。

・弘前RC会長 齋藤順司様：本日は貴重なお時間をいただき、ありがとうございます。よろしく願いいたします。

・弘前RC 三浦真介様：本日はお世話になります。11月18日(土) IM 宜しく願いいたします。

・小林伯裕会員：矢澤さん、弘前RCの皆様、ようこそお越しくございました。卓話楽しみにしております。

・成田学会員：卓話 楽しみに来ました。

・福澤稔会員：カヌー リオ五輪代表選手の矢澤一輝様、ようこそ弘前アップルRCへ。卓話楽しみにしておりました。

・竹浪大輔会員：矢澤様、卓話ありがとうございます。今日は久しぶりの例会出席。日中も、境会員、田村元気会員とお会いし、ロータリアンからたくさんパワーをもらった一日です。

ROTARY豆知識 米山奨学会 ①

ロータリー米山記念奨学会は、勉学、研究を志して日本に在留している外国人留学生に対し、日本全国のロータリアン(ロータリークラブ会員)の寄付金を財源として、奨学金を支給し支援する民間の奨学団体です。

・目的

ロータリー米山記念奨学会は、将来母国と日本との懸け橋となって国際社会で活躍する優秀な留学生を奨学することを目的としています。優秀とは「(1)学業」に対する熱意や優秀性はもろんのこと、「(2)異文化理解(3)コミュニケーション能力」への意欲や能力に優れている点が含まれます。

ロータリー米山奨学生は、ロータリークラブを通して日本の文化、習慣などに触れ、社会参加と社会貢献の意識を育て、将来ロータリーの理想とする国際平和の創造と維持に貢献する人となることが期待されます。