



# 奈良大宮ロータリークラブ Club Weekly Bulletin

発行日 2024年10月1日  
2024-2025/11・12(合併号)

## Vol.46

No. 2114・2115

2024-25年度会長スローガン  
「皆が主役、一つひとつの  
機会を大切に」

2024-25年度 RIテーマ



RI会長 ステファニーA. アーチック

地区スローガン

「持続可能なロータリーに！

共に学び、共に行動」

RI第2650地区ガバナー

中本 勝

- 創立 : 1979年1月23日
- 例会 会 : 毎週火曜日 17:30~18:30
- 例会 会 場 : 奈良ホテル本館  
奈良市高畑町1096番地 電話 (0742) 26-3300
- 事務所 : 奈良市大宮町6丁目3-7 中室ビル3F  
電話 (0742) 33-8583 FAX (0742) 33-8600  
hp : <http://www.naraomiya-rc.jp>  
E-mail : [info@naraomiya-rc.jp](mailto:info@naraomiya-rc.jp)
- 会長 : 宮西 正伸 ■副会長 : 水野 憲治 ■幹事 : 門脇 伸幸

### お客様紹介

- ・河村 道德 様 (BODY concierge代表)
- ・松田 振興 様 (大阪城南ロータリークラブ/1996. 1997学年度  
奈良大宮RC米山奨学生)
- ・池木 啓仁 様 (大和高田ロータリークラブ会長)
- ・鶴山 洋子 様 (大和高田ロータリークラブプログラム委員長)
- ・リン・チェンツォ さん (米山奨学生)

### 会長挨拶

【宮西会長】



今月は、8日(日)の第1回家族親睦例会、16日(月)には、職業奉仕委員会主催の「柿の葉寿司手作り体験と老舗企業の経営を学ぶ」が開催され、それぞれ企画いただきました清岡親睦活動委員長、志茂職業奉仕委員長をはじめ、各委員会メンバーの皆様、ご出席いただきました多くの会員の皆様、本当に有り難うございました。

また、19日(木)は、奈良北部6クラブでの合同例会が開催され、6クラブで防災ネットワークを作ろうということで、能登半島での元旦に発生しました大地震に続き、今回の豪雨での大変な被害状況を見まして、大災害時にロータリーのネットワークを生かしての活動が何かできるはずと改めて感じました。今後防災ネットワークの創造に向けて動いていくこととなりますので、会員の皆様のご協力を賜りたいと思います。

さて、本日は、今から約20年前の1996年から1998年、小川会長、有井会長の年度に米山奨学生でいらっしゃいました、当時のお名前が、潘 振興 (パン ツンシン) さん、現在は大阪城南RCに所属され、お名前が松田振興 (まつだ のぶあき) 様にお越しいただき、会員の皆様にお土産までいただきました。お気遣いをいただきまして誠に有り難うございます。

### 例会プログラム

第13回 10月1日 通算2115回

1. 握手挨拶
2. 開会点鐘
3. ソング
4. 会長挨拶
5. 例会状況報告
6. 委員会報告
7. 幹事報告
8. 卓話
9. 閉会点鐘

### 例会状況報告

9月24日 通算2114回

- ・会員数 66名
- ・出席免除者数 14名
- ・出席者数 48名
- ・出席率 81.36%

9月8日 通算2112回 (修正)

- ・会員数 66名
- ・出席免除者数 14名
- ・補填者 17名
- ・出席率 94.92%

また、大和高田RC様からも、池木 啓仁会長、鶴山 洋子さんにお越しいただきました。因みに、大和高田RCさんは、我々のクラブ創立よりも18年前、1961年に奈良県下13クラブ中、4番目に創立されたクラブで、会員数91名と、県下2番目の規模でいらっしやいまして、入会に際しましても品格を非常に重視されるクラブでおられます。短い時間ですが、ごゆっくりお過ごしいただければと思います。  
詳しくは動画をご覧ください。

## 大阪城南ロータリークラブ（副幹事）松田振興様ご挨拶



皆さま、こんばんは。ただいまご紹介に預かりました、台湾出身の潘振興と申します。私は1996年から1998年までの2年間、奈良大宮ロータリークラブでお世話になりました。その後、約15年前に仕事の関係で日本国籍を取得しました。皆さまもご存じかと思いますが、私は米山奨学生として支援を受け、その後、自然と学友となりました。2015年から2017年まで、2650地区の米山奨学金学友会の会長を務め、その後2017年に大阪城南ロータリークラブに入会させていただきました。本当はもっと早く、皆さまにお目にかかりたかったのですが、ご存じの通り2019年から始まったコロナの影響で、今日に至るまで遅れてしまいました。こうして皆さまと再びお会いできることを、大変嬉しく思います。26年前のことですので、皆さまも私のことを忘れてしまわれたかもしれませんし、私も楠原先生や、亡くなられた宮地先生以外の方々のことはあまり覚えていません。ただ、ロータリーは「親睦」と「奉仕」という2つの大切な理念を持っています。皆さまからいただいた奨学金をもとに、私は自分の学業や目標、そして夢を叶えることができました。今後、まだ「恩返し」とは言えませんが、何かお役に立てることがあればと思い、ロータリークラブに入会させていただきました。来年度、私は自分のクラブで幹事を務める予定ですが、それに加え、2650地区の米山奨学委員会の委員長にも就任することが決まっております。米山奨学生として奨学金を受け、その後ロータリアンになり、さらには委員会に入り、委員長になるのは、日本で初めての事例だと奨学委員会の方から報告を受けております。26年ぶりにこの場に立たせていただきましたが、これからも良いご縁が続くことを願っています。どうぞ今後とも、よろしく願いいたします。短い挨拶ではございますが、本日のご挨拶とさせていただきます。ありがとうございました。

### 【楠原会員挨拶】



皆さんこんにちは。本日は松田さん、お忙しい中、奈良大宮ロータリークラブの例会にご訪問いただき、誠にありがとうございます。1996年から98年の2年間、私がカウンセラーとして米山奨学生の松田さんのお世話をさせていただきました。もう26年前のことですので、ほとんど覚えておりませんが、毎月1回、例会にお越しいただき、奨学金を受け取っていただいたことを懐かしく思い出します。また、3回に1回くらいは一緒にお酒を飲みに行ったことも覚えています。26年ぶりとはいえ、年賀状のやり取りは続けておりましたので、全くの疎遠というわけではありませんが、今日こうしてお会いできて本当に嬉しかったです。現在、松田さんは大阪城南ロータリークラブのメンバーで、来年は幹事を務められるとのこと。これからもお仕事に励んでいただき、またロータリー活動にも力を入れていただきたいと思います。ぜひこれからも頑張ってください。そして、また時間がありましたら、こちらへも遊びに来てください。それでは、どうぞよろしく願いいたします。以上、ありがとうございました。



ここで1996-1998年の米山奨学金受領されました。当時のお名前は潘振興様で約20年前に帰化されました。当時のカウンセラーは楠原忠夫様です。

## 大和高田ロータリークラブ 池木 啓二（大和高田RC会長）ご挨拶



皆さん、改めましてこんばんは。本日、大和高田ロータリークラブの本年度会長を拝命いたしました池木と申します。この奈良ホテルは、私にとって思い出深い場所です。ちょうど44年前、私は今の家内とここで披露宴を行いました。披露宴の後、階段を上がったところで高校の同級生と一緒にはしゃぎながら撮った写真は、いまだに色褪せていませんが、44年も経つとイメージや形も変わるものだと感じています。そして、本日、大宮ロータリークラブさんに初めて訪問させていただきました。このような厳かな雰囲気の中で例会ができるのは非常に羨ましい限りです。大和高田の例会はビルの中で行われており、少し殺風景なのでございます。さて、本日は挨拶としてこれにて締めくくらせていただきますが、今回はプログラム委員長の鶴山さんと一緒に卓話のお願いに参りました。今後ともどうぞよろしくお願い申し上げます。

## 委員会報告

### 【出席委員会 川邊委員】

- ・出席報告

### 【ニコニコ委員会 松井委員】

- ・ニコニコ報告

### 【親睦活動委員会 清岡委員長】

- ・9月8日（日）家族親睦例会の報告とお礼
- ・10月8日（火）親睦ゴルフの案内

### 【職業奉仕委員会 志茂委員長】

- ・職業奉仕事業「奈良・吉野の伝統の名産寿司（柿の葉寿司）手作り体験と老舗企業の経営を学ぶツアー」（9月16日）の報告とお礼

### 【国際奉仕委員会 堀内委員長】

- ・9/14カルガリー国際大会説明会
- ・国際大会は、来年6月21日から25日

### 【RLI（ロータリー・リーダーシップ研究会）鈴木副幹事】

- ・9/22 RLI出席（受講）報告

### 【青少年奉仕委員会 河野委員長】

- ・9/23青少年担当者会議出席報告
- ・10月19日（土）ハロウィン事業についてのお手伝いの協力依頼と子供の参加案内

## 米山奨学生奨学金授与

### 【リン・チェンツォさん】



## 喜寿のお祝い

### 【潮田会員】



## 幹事報告

### 【門脇幹事】

- ・本日例会終了後、新入会員オリエンテーションを行います。森田会員、浦野会員出席をお願い致します。
- ・IACサポート委員会例会終了後開催

### ◎状差し

- ・10/8親睦ゴルフ組み合わせ表
- ・10/19ハロウィン事業チラシ
- ・第3回定例理事会議事録
- ・風の便り 通刊119号
- ・ハイライト米山294号
- ・地区ホームページリニューアルの為の業務委託プロポーザルのお知らせ
- ・10月月間スケジュール
- ・会員増強クラブ討論会まとめ

### ◎受付出欠

- ・クラブジャンパーサイズ確認及び要否表
- ・10/19ハロウィンイベント出欠表
- ・11/13県下ゴルフ大会出欠表

## 卓話



卓話講師：パーソナルジム Body concierge (ボディーコンシェルジュ)

河村 道德 様

演題：「若さを保つ【筋トレ】【栄養】【休養】の健康習慣作り！」

※マインド・スキンケア・ファッションセンスも大切ですが！！

**貯筋、栄養、休養の習慣化**こそが内面から貴方を若返らせる。

(アンチエイジング) 老化防止

アンチエイジングに必要な3要素 **貯筋、栄養、休養が必要**

①貯筋の重要性 貯筋＝筋トレ 誰もがつらいことだと思っている・・・  
仕事と同じ！“自分がすべき理由とやる意味を理解すれば習慣化できる”  
なぜ知り合いのあの人は筋トレしているのか。理由を少し考えてみてください→○○○

【筋トレの主な効果と期待できること】

1. 血流改善による肌や髪などの再生機能向上
  2. 関節周りの筋肉の刺激による姿勢、肩こりや腰痛の改善
  3. 体脂肪率の改善による見た目のボディーバランス改善
- 1や2の効果をさらに加速させるために↓↓↓

②栄養バランス改善の重要性

メンテナンスカロリーを知り、食事の量やバランスをコントロールすることで  
再生機能やボディーバランスを改善できる。

メンテナンスカロリー目安 女性1500kcal 男性2300kcal

**3大栄養素P・F・C**

各働きとバランス説明 車に例えるとわかりやすい！

|                |           |                |
|----------------|-----------|----------------|
| P タンパク質(プロテイン) | ボディー、エンジン | 4kcal          |
| F 脂質(ファット)     | タイヤ       | 9 kcal (1gあたり) |
| C 炭水化物(カーボ)    | ガソリン      | 4kcal          |
| ビタミン、ミネラル      | オイル       |                |

理想のバランスは、Pが全体の3.5割 Fが1.5割 Cが5割

→理想を完璧にこなすのは難しい→人それぞれ生活スタイルが違う為  
家庭料理を食べる機会が多い？外食が多いのか？それによって策はある。

実現可能な食事バランスを考えてみてください→○○○○

気になるお酒の話→お酒は単体ではあまり悪さをしない。

”アルコールは食べ合わせが重要なんです！！”

体にとって不要なアルコールはいち早くエネルギー転換され、その他の脂質や炭水化物  
のエネルギー転換を後回しにして脂肪に蓄えてしまう・・・

③心と身体の休養の重要性

休養は休み養うこと。正しい発散と熟睡が心と身体に休養をもたらす。

1. 正しいストレス発散とは？を考えよう→○○○○

→愚痴や後向きな発言、頭を使う、考える、飲酒や暴食は取り込むことであり発散ではない

前向きな発言、汗をかく、声に出して歌う、投げる、打つ、力を込めるなどはすべて  
**発散** 姿勢にも影響する。ストレス、緊張、加齢などによって体は丸まっていくように  
できている

→体操なども大きい動作で手足を外向きに振っていくなどが重要！

仕事⇄家 この間に発散を入れているか？いつの間にか取り込みになっていないか。

## 2. 睡眠不足は身体のあらゆる機能を狂わせてしまう

なぜ3大欲求に入っているのか？人間にとって大切だから。

再生機能の遅れ→肌や髪質にも影響してしまう

食欲を抑えるホルモンの低下→1000キロカロリーを増やす指示

心にも影響を及ぼす→自律神経の乱れが発生

→熟睡に必要なこと

(ストレスを与える) → (体内時計を働かせる)

携帯を寝る前にさわる 朝日に当たる

食事を寝る前にとる 朝食を食べるようにする

アルコール摂取 適度に運動する

### まとめ

自身がアンチエイジングに取り組むことで、もちろん自分は幸せになりますが、パートナー、家族、従業員などの周りの方にも大きくプラスの影響を及ぼします。

いつまでも若々しく健康でいることは、誰もが望むもの。

今回の私の話が、健康習慣への第一歩のきっかけとなれば幸いです。

詳しくは動画をご覧ください。

ニコニコ箱

合計 55,000円

累計 979,000円

松田振興様 (大阪城南ロータリークラブ/1996. 1997学年度奈良大宮RC米山奨学生)  
26年ぶりに帰って来ました！！本日、よろしくお願い致します。

池木啓仁様 (大和高田ロータリークラブ会長) 本日、初めて訪問をさせていただきます。  
よろしくお願い致します。

宮西正伸君 河村道德様、本日の卓話有り難うございます。大阪城南RC松田振興様、  
大和高田RC池木啓仁会長、鶴山洋子様、本日は有り難うございます。

市田富久夫君 河村様、本日の卓話、よろしくお願い致します。

楠原忠夫君 松田さん、今日は大宮RC例会訪問ありがとうございます。1996-1998年2年  
間米山奨学生としてお世話させて頂きました。26年ぶりの再会です。

谷川千代則君 河村道德さま、今日の卓話よろしくお願い致します。

松井和弘君 河村先生、本日は卓話よろしくお願い致します。お手柔らかなによりしくお  
願い致します。

ニコニコ協力 川邊経恭君 金田智仁君 武中洋勝君 田村英樹君 福田順君  
森山憲克君

### ◆例会休会・変更のお知らせ◆

<奈良ロータリークラブ>

・10月31日(木) 休会 (定款第7条第1節dによる)

※ビジター受付は行いません。

### 今後の予定

・10月 8日(火) 休会

・10月15日(火) 卓話

卓話者：明治安田生命保険相互会社奈良支社 総務課長 河村 多栄子 様  
タイトル：防災セミナー

・10月22日(火) 米山奨学生卓話

卓話者：リン・チェンツォさん

・10月29日(火) クラブ討論会(国際奉仕担当)

# 奈良北部6ロータリークラブ合同例会 (9月19日)

## お客様紹介

- ・関西大学社会安全学部教授 奥村与志弘 様  
(びわ湖八幡ロータリークラブより)
- ・会員増強・退会防止委員長 重田将利様
- ・クラブ奉仕委員長 河村達広 様
- ・インターアクト副委員長 杉本清徳 様
- ・会員増強・退会防止副委員長 矢掛光秀 様

## 国際ロータリー第2650地区中本勝ガバナーご挨拶



皆さん、こんばんは。奈良ロータリークラブの皆さん、お久しぶりです。また、北部ロータリークラブの皆さんの中で、大和郡山ロータリークラブの皆さんには、今年度初めてお会いします。すでに他の4クラブの公式訪問を終えましたが、今日は年に一度の6クラブ合同例会ですので、楽しんでいただければ幸いです。

今朝は早起きしてJR平城山駅から六地藏駅に向かい、地下鉄東西線で京都市役所前駅へ。ホテルオークラ京都で京都洛

北ロータリークラブと京都北東ロータリークラブの合同例会と懇談会に出席し、午後3時に終了しました。その後、前ガバナーと前地区幹事長との協議会を行い、5時に奈良に戻りました。疲れ切っていましたが、6時のこの会に参加するため、5時半前に出発しました。タクシーが来なかったので歩いて会場に向かい、暑さでへとへとでした。皆さん、今日はどうぞよろしくお願ひします。

## 例会プログラム

第12回 9月24日 通算2114回  
(開催済)

1. 握手挨拶
2. 開会点鐘
3. ソング
4. 会長挨拶
5. 例会状況報告
6. 委員会報告
7. 幹事報告
8. 卓話
9. 閉会点鐘

## 例会状況報告

9月19日 通算2113回

- ・会員数 66名
- ・出席免除者数 14名
- ・出席者数 46名
- ・出席率 79.31%

9月3日 通算2111回 (修正)

- ・会員数 66名
- ・出席免除者数 14名
- ・補填者 4名
- ・出席率 96.49%

## 各クラブのご紹介

- ・奈良ロータリークラブ 朝廣佳子会長と会員の皆様
- ・大和郡山ロータリークラブ 奥田哲生会長と会員の皆様
- ・奈良西ロータリークラブ 佐川寛一会長と会員の皆様
- ・奈良大宮ロータリークラブ 宮西正伸会長と会員の皆様
- ・平城京ロータリークラブ 平松正孝会長と会員の皆様
- ・奈良東ロータリークラブ 谷口宗彦会長と会員の皆様



## 6クラブ合同事業の説明（奈良ロータリークラブ朝廣佳子会長より）



皆様こんばんは。本日は奈良北部6ロータリークラブ合同例会に全員で209名という大勢の会員の方にご出席をいただきまして、誠にありがとうございます。またびわ湖八幡ロータリークラブの皆様、本日はようこそお越しいただきました。ありがとうございます。僭越ではございますが、時間の関係上6クラブを代表いたしまして、私からご挨拶とご説明をさせていただきます。まずこの6クラブについてですが、「鷗尾の会」という会長幹事会がございますが、そこは会員の皆様と交流する場ではありませんので、中本ガバナー年度にぜひ交流ができないかということで合同例会を提案させていただきましたところ、皆様快くお引き受けくださいました。皆様とお話をして

いるうちに、単に例会をするのではなく、6クラブのスケールメリットを活かした事業ができないかということになり、6クラブで協議を重ねまして、合同で防災ネットワークを作って、自助や公助に繋げていこうと話が進みました。まさに南海トラフ地震をひかえて、最近でも度重なる災害が日本あるいは世界各地で起こっています。災害が少ないという奈良も例外ではないと思っています。今回この6クラブが手を取り合い、情報共有や連携のためのネットワークを作りたいと思っています。このネットワークが誰のためのものなのか、あるいは予防と被災後の動きは違うのではないかなど、様々な意見が出ましたが、6クラブ会長・幹事で何度も協議を重ねてまとめました。具体的なアクションプランを考えて、今できること、あるいは被災時にできることなどを整理し、できることから進めていこうということです。具体的なアクションプランとして、勉強会の実施、備蓄品の整備、災害対策マニュアルの作成、防災マップの作成、安否確認方法の確立、防災関連人材の発掘が挙げられております。例えば備蓄品の整備一つにしても、1クラブでやろうという掛け声があってもなかなか進まなかったりしますが、6クラブで取り決めることで、後押しになると考えています。その中で今年度、二つのことをやっていこうと思っています。一つは防災マップの作成、もう一つが安否確認方法の確立です。これを各クラブで取り組む予定です。防災マップについては自治体も出していますが、それとは違い、例えば自分のクラブにどんな業種の人があるというところにいるとか、あそこには防災士がいる、うちはこんな病院の先生がいるなど、それぞれのクラブの財産といいますか、それらをマップに落とし込んでみようということです。安否確認方法についてはSNS等を活用して、例えば早くできたクラブがあればできないクラブが参考にするといった連携を図っていけるのではないかと考えています。まず一歩進めることで防災意識が高まるとともに、いざという時に互いのクラブが助け合う形を作る、それが地域にも広がればいいのではないかと考えて進めていきたいと思っています。



### 6クラブ会長による調印式



## 「奈良いのちの電話」「能登半島震災復興支援」のご案内（朝廣会長より）

本日、「奈良いのちの電話」の現金ボックスをご用意しております。被災者の心のケアがなかなかできず、そういうことで苦しまれる皆様を日頃支援している「奈良いのちの電話」に、この機会に皆様のお気持ちをいただきたいと思いますというので、このボックスを置いておりますので、お帰りの際にでもぜひご協力をいただきたいと思います。もう一つお配りしているのが能登半島震災復興支援チャリティイベントのチラシです。こちらでもぜひご覧いただければと思います。

### 卓話

卓話講師：関西大学教授 奥村与志弘 様

演題：「南海トラフ巨大地震臨時情報で明らかになった防災・減災の現在地」



#### （卓話依頼の趣旨）

本日防災ネットワーク設立を記念して、関西大学社会安全学部教授の奥村与志弘先生にご講演をお願いいたします。

#### （奥村教授の紹介）

奥村教授は、1980年生まれ。専門は総合防災と減災2008年3月に京都大学大学院修了後、阪神淡路大震災記念人と防災未来センターの主任研究員になられ、京都大学大学院地球環境学堂助教を経て、2017年4月より関西大学社会安全学部准教授、2022年4月より現職教授を務められておられます。東日本大震災では、宮城県庁に駐在し、政府現地災害対策本部などに対する支援を実施しておられます。また、中央防災会議「災対策実行委員会『南海トラフ巨大地震対策検討ワーキング

グループ』」委員そして「大阪府防災会議」専門委員などを務めていらっしゃる研究成果の社会還元にも注力をされておられます。

#### （卓話内容の要約）

##### 卓話講師紹介

関西大学社会安全学部の教授であり、9年前に京都大学の土木工学科から関西大学に移籍。土木工学の専門知識を基に、防災分野での研究と教育に注力。京都大学での経験を活かし、関西地域の防災対策に貢献。

##### 京都大学卒業生の影響力

京都大学の土木工学科の卒業生は、政府の国土交通省や経済産業省、大手ゼネコン、コンサルタント会社、さらには国会議員や国土交通大臣など、幅広い分野で重要な役割を担っている。これにより、京都大学は日本のインフラ整備や政策決定において中心的な存在となっている。

##### 京都大学から関西大学への転職理由

社会に対する貢献をより広範に行うために、関西大学に移籍。特に防災分野での活動を強化し、地域社会や企業と連携して実践的な防災対策を推進する意図がある。新しい環境での挑戦を通じて、防災学の発展に寄与しようとしている。

##### 南海トラフ巨大地震のリスク増加

南海トラフ地震をはじめ、近年では台風や豪雨などの自然災害の発生頻度が増加しており、これに伴い災害リスクが高まっている。都市化の進展や気候変動の影響も相まって、防災対策の重要性が増している。

##### 最近の災害例

台風21号による関西国際空港の水没や淀川の氾濫、梅田の浸水など、具体的な被害例を挙げている。これらの事例は、防災対策の必要性とその効果を実感させるものであり、今後の対策強化の必要性を示している。

##### 奈良県の防災リスク

奈良県は津波のリスクが低いものの、地震による強い揺れや土砂災害、建物の倒壊などによる人的被害のリスクが高い。特に震度6強の揺れが広範囲に及ぶ場合、建物やインフラへの被害が甚大になる可能性がある。

##### 臨時情報の導入とその意義

南海トラフ地震に対する臨時情報が初めて導入されたことについて説明。これは、地震発生時に迅速な警戒情報を提供し、被害の拡大を防ぐための重要な仕組みとして位置づけられている。

## 臨時情報の運用課題

臨時情報の運用がまだ未熟であり、政府内部でその有効性や実施方法について議論が続いている。適切な運用が確立されない限り、臨時情報の有効活用は難しいと指摘している。

## 防災対策の進展と課題

過去半世紀で災害による犠牲者数が80%減少した一方で、最近では犠牲者数が増加傾向に転じている。これは、防災対策の効果が頭打ちとなり、新たな対策やアプローチが求められていることを示している。

## 企業の防災対策の重要性

企業が従業員の安全を確保することは、地域全体の防災力向上につながると強調。企業が積極的に防災対策を講じることで、災害時の迅速な対応や被害の最小化が可能になる。

## 防災における土木工学の限界

従来土木工学的アプローチだけでは、現代の複雑な防災課題に対応しきれなくなっている現状を説明。多角的な視点や新しい技術の導入が必要であると指摘している。

## 南海トラフ地震の具体的被害予測

南海トラフ地震が発生した場合、西日本を中心に約32万3000人の死者が出ると予想されている。奈良県では最大で1700人の犠牲が見込まれ、これは決して小さな被害ではないと警鐘を鳴らしている。

## 震度6強の揺れの影響

震度6強の揺れが広範囲に及ぶ場合、建物の倒壊やインフラの破壊が発生し、多くの被害が出る可能性がある。具体例として、2018年の大阪府北部地震での被害を挙げている。

## 過去の大阪府北部地震の教訓

2018年の大阪府北部地震では、震度6弱で高槻市や北摂地域で6人が死亡した。建物の耐震性や家具の固定が不十分であったため、多くの命が失われたことから、耐震対策の重要性を再認識させられる。

## 家具による災害関連死の危険性

書棚や食器棚などの重い家具が地震で倒壊し、人命に関わるリスクが高いことを具体例を挙げて説明。これにより、家具の固定や配置の見直しが必要であると訴えている。

## 奈良県の防災準備の重要性

奈良県が関西全域を支える役割を果たすためには、犠牲者を出さない防災対策が不可欠であると述べている。地域全体の安全を確保するために、個々の防災準備が重要である。

## 企業による社員防災対策の推進

企業が社員の防災対策を推進することで、災害時に迅速かつ効果的な対応が可能になる。具体的には、防災訓練の実施や防災グッズの配布などが挙げられる。

## 行政と企業の防災意識の違い

行政による防災呼びかけに対する反応が低い一方で、企業の取り組みはより効果的であると指摘。行政の呼びかけよりも、企業の内部からの防災対策が人々に受け入れられやすい傾向がある。

## 成功事例としての企業防災対策

奈良の経済同友会での企業防災対策の成功例を紹介。中村さんの会社が社員に防災グッズを配布し、災害時に迅速に対応できる体制を整えたことで、効果的な防災対策が実現したことを報告。

## 南海トラフ地震の震源メカニズム

南海トラフ地震は、フィリピン海プレートとユーラシアプレートの境界部分が大きくずれ動くことで発生する大地震である。過去にも90年から150年の間隔で繰り返し発生しており、再発の可能性が高い。

## マグニチュード7後のマグニチュード8クラス地震のリスク

マグニチュード7の地震が発生した後、マグニチュード8クラスの地震が連動して発生する確率が高まることを説明。これは、プレートの動きが連鎖的に影響し、さらに大きな地震が発生するリスクを示している。

## 臨時情報の活用による命の救助

臨時情報を適切に活用することで、多くの命を救う可能性があると強調。例えば、地震発生時に迅速な避難情報を提供することで、被害を最小限に抑えることが可能になる。

## 白浜の観光地での防災対応

白浜の観光地では、臨時情報に基づいて安全対策を講じ、観光客の安全を確保した事例を紹介。観光地が防災対策を適切に行うことで、大規模なイベントも通常通り開催できるようになった。

## 補償制度の課題

災害時の補償が容易になると、防災準備が疎かになるリスクがあることを指摘。補償制度が整うことで、企業や個人が防災対策を怠り、結果的に被害が拡大する可能性がある。

## 地元企業の防災イノベーション

地元のIT企業が防災システムを開発し、観光イベントを通常通り開催できた例を紹介。具体的には、LINEのプラットフォームを活用した防災機能を導入し、観光客が安全に避難できる仕組みを構築したことが成功の要因となっている。

## 民間企業と自治体の協力の重要性

民間企業と自治体が連携して防災対策を進めることの重要性を強調。企業の技術力や資源を活用し、自治体と協力することで、より効果的な防災対策が実現できる。

## 被災地訪問の推奨

実際に被災地を訪問することで、防災の必要性を実感し、新たなビジネスチャンスを見つけることを提案。被災地の現状を理解することで、具体的な防災対策や支援策のアイデアが得られる。

## 災害関連死研究の反省点

災害発生後の研究では、被害が出てからでは遅すぎることを反省点として共有。事前準備や予防策の重要性を強調し、災害発生前にできることを重視する必要があると述べている。

## 防災対策のビジネスチャンス

防災をビジネスとして捉え、企業が積極的に取り組むべきであると提案。防災関連の商品やサービスの開発、提供を通じて、企業が社会貢献とビジネスの両立を図ることが可能であると述べている。

## 卓話の締めくくりと感謝の言葉

最後に参加者への感謝を述べ、防災への積極的な取り組みを呼びかけて締めくくる。卓話の内容を再確認し、参加者が今後の防災活動に積極的に関与することを促している。

[詳しくは動画をご覧ください。](#)

## 懇親会閉会挨拶

### 【北河原公敬パストガバナー挨拶】



本日は、奈良北部6ロータリークラブ合同例会が盛大に開催されましたこと、誠におめでとうございます。また、関西大学教授の奥村与志弘先生には、防災の大変貴重なご講演をいただき感謝申し上げます。さて、個人的な話で恐縮ですが、東日本大震災の際に、私も何度も被災地に足を運びました。私の職業柄、他の方々と同じような形で奉仕活動はできませんでしたが、被災された方々のために、例えば、亡くなられた方のご冥福を祈ったり、被災者の心のケアに携わることができました。被災地に行くと、もちろん物理的な復興が重要であることは言うまでもありませんが、「心の復興」が非常に大切だということを強く感じました。被災された方々の精神的な

苦労は計り知れないものであり、それを目の当たりにして痛感しました。ご存知のように、大川小学校のように子供たちや先生方が犠牲になった場所もあります。何度も足を運びましたが、特に印象に残っているのは、子供を亡くしたお母さんが、重機を操作するための免許を取得し、行方不明のお子さんを懸命に探し続けていた姿です。その熱意に驚かされました。後日伺った際には、時間が経過したこともあり、現実を受け入れざるを得なかったと、そのお母さんはおっしゃっていました。本当に、災害が私たちに精神的にも肉体的にも非常な苦労をもたらすのだと、改めて感じました。本日は北部のクラブ合同例会とのことで、各クラブにおいても災害に対する対策を考えておられるかもしれません。先ほども話に出たように、クラブ間の連携やネットワークをさらに強固にしていくことが重要だと感じています。これをもって私の挨拶を終わらせていただきます。本日はありがとうございました。



ニコニコ箱

合計 75,000円 累計 924,000円

宮西正伸君  
門脇伸幸君

本日は6ロータリークラブの皆様、よろしくお願ひ致します。  
本日は奈良クラブの皆様、ホスト役で準備ありがとうございます。  
6クラブの皆様、宜しくお願ひ致します。

北河原公敬君

奈良県下北部6クラブ合同例会開催に当り、参加6クラブの益々の御活躍  
と奉仕プログラムの実践をご期待申し上げます。

ニコニコ協力

潮田悦男君 岡崎真人君 清岡義教君 倉田智史君 鈴木譲君  
武中洋勝君 谷川千代則君 辻本和久君 中奥雅巳君 中谷圭佑君  
中寫大君 野崎隆男君 堀内眞治君 水野憲治君 宮坂勝紀君  
弓場裕史君

◆例会休会・変更のお知らせ◆

<橿原ロータリークラブ>

- ・10月4日(金)→10月5日(土) 例会変更 第5組IMに振り替え
- ・10月18日(金) 休会 (定款8条1-Cによる)
- ・10月25日(金) 夜間例会のため、時間・場所変更

※ビジター受付は10月4日(金)・25日(金) 12:00~12:30まで、橿原RC事務局 (奈良県業会館内) にて行います。

<やまとまほろばロータリークラブ>

- ・10月3日(木) 夜間例会に変更の為、場所および時間変更  
場所：割烹榭谷 時間：18:00~

※ビジター受付は行いません

今後の予定

- ・10月 8日(火) 休会
- ・10月15日(火) 卓話  
卓話者：明治安田生命保険相互会社奈良支社 総務課長 河村 多栄子 様  
タイトル：防災セミナー
- ・10月22日(火) 米山奨学生卓話  
卓話者：リン・チェンツォさん