

相模原中 R C

会報

第 2180 回例会

9 月 12 日 №10

会 長 阪西 貴子 幹 事 藤本 恵介



世界に希望を生み出そう

●友好クラブ

韓国・龍仁ロータリークラブ
国際ロータリー第 3600 地区
台湾・台中文心ロータリークラブ
国際ロータリー第 3461 地区

●姉妹クラブ

千曲川ロータリークラブ
国際ロータリー第 2600 地区

●提唱インターアクトクラブ

光明学園相模原高等学校



ゲスト卓話「飛び込み日本代表 坂井丞氏」

皆さん、こんにちは。水泳飛び込み競技のミキハウスに所属しております、坂井丞と申します。本日は宜しくお願い致します。

まずは、自己紹介をさせていただきます。

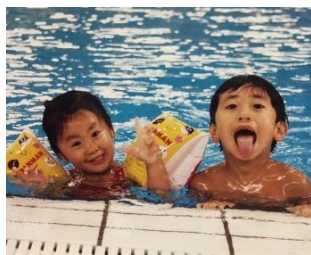
- ◆ 1992年8月22日 相模原市生まれ
- ◆ 相模女子大学幼稚部→矢口台小→大野南中→麻布大淵野辺高校→日体大→ミキハウス
- ◆ 両親がコーチ→生まれてすぐ飛込を始める。負けず嫌いの泣き虫次男坊。

＜戦績＞

- ・ 年中の時に初めて試合に出場
- ・ 中学校2年生初世界大会（ジュニア）
- ・ インターハイ 3年連続2冠
- ・ 高校2年初世界選手権大会
(2009/2011/2013/2015/2017/2019/2022)

「2024年2月出場決定」

- ・ 高校3年生初日本選手権1位
(2010/2015/2016/2017/2018/2022)
- ・ 2016年リオデジャネイロオリンピック
- ・ 2020年東京オリンピック
- ・ 2023年7月11日相模原市ホームタウンアスリート認定 (次ページへ続く)



《飛込競技紹介》

◎板について

ジュラルミン製で、飛行機などに使われている素材で、トランポリンの様に、跳ねるものになっています。小さい頃は、妹と一緒にびよんびよん跳ねたり、お風呂に浮かせてあったりと、飛込板が常に日常にあるという環境で育ちました。



◎飛込競技について

- ①10 点満点で採点
- ②水しぶきを上げない方が高得点
- ③2 4 時間前に種目用紙を提出
- ④提出した通りに演技しないと 0 点
- ⑤男子 6 本、女子 5 本の合計点で競う
- ⑥全て違う種目を飛ばないといけない
- ⑦各種目に難易度がある

*採点について

- ・演技する種目（6 本）
- ・回転数
- ・捻りの数
- ・型（A B C D）



（型例：C 抱え型）



（型例：B えび型）



《今後について》



パリオリンピック出場権についての基準

◆国内大会

代表選考会で予選・決勝のアベレージ
40.5 点超えをした 2 名。→**突破！！**

◆世界大会

世界選手権 1 2 位以内

今は、世界選手権に向けて練習している所です。
試合前の調整については、半年・1 年かけてこだわっているところもあります。

特に試合の 3 か月前からの事をご紹介します。

- 1 か月前 質より量
- 2 か月前 量も質も
- 3 か月前 質より量

この 3 ヶ月の微調整期間はとても大切です。
普段の練習は、水泳の括りではありますが、実際には、着水の時だけ水の中ですが、それ以外は陸上にいるので、日常の生活が、より大切になってきます。

日常の中で、いかに飛込を取り入れるか、練習するかってことが、キープポイントとなっています。

（リオオリンピック）



（次ページへ続く）

(各種大会日本代表ユニフォーム)



JOCからの派遣の時は、Tシャツや、携帯電話なども支給されます。(一部ご紹介)

(リオオリンピックの選手村)



選手村は普通の町のようにです。

会場まで、30分から1時間かかってしまうこともあり、普通のホテルの方が楽かなとも思いますが、各国の選手と話したり、一緒に過ごせる時間はとても貴重な経験でした。部屋は二人部屋でした。東京オリンピックでは、自動で走る車があり、時間もかからなかったなので、とても助かりました。

(オリンピックでの食事の様子)



基本的に、食事はバイキング形式となっており、メニューも豊富で、大陸ごと、アジアなどの地域ごと、国ごとに、好きなものが選べます。

《地元での活動について》



相模原 SAKAI SHO CUP



相模原SAKAI SHO CUPを開催しております。まだまだ、競技人口は少ないので、エントリーするだけで、関東大会、全国大会の予選に出れるほどです。ですが、小さな大会で優勝することもできない選手もたくさんいるので、小さな成功体験を持たせてあげたい気持ちで、開催することとなりました。

これからも続けていきますので、ご支援いただけましたら更に発展していくと思いますので、ご興味ある方は、宜しくお願い致します。



《会長の時間》

(概要掲載)

先週関東を直撃するかもしれないと言われた台風は、千葉県などにはかなりの大雨でしたが、相模原市は豪雨に見舞



れることも無く、済みました。しかし、蒸し暑さはひどくなったような気がします。夏の疲れも出る時期です。蒸し暑さの中での熱中症や、体力が落ちたときのコロナの罹患などにどうぞ十分お気をつけください。

さて、本日の卓話のゲストとして、高飛び込み日本代表の坂井丞選手にお越しいただくことが出来ました。後ほど紹介者の横江会員よりご紹介があるとは思いますが、坂井選手は、相模原市出身で、高飛び込みの種目で、世界選手権、そしてパリ五輪を目指されている現役バリバリの選手です。今日はどのようなお話をいただけるのか、とても楽しみにしておりました。坂井選手、後ほどどうぞよろしくお願いいたします。

飛び込みの競技について、少し調べていましたら、相模原市のグリーンプールは全国の水泳大会が開けるほどの本格的なプールなんですね。また、ダイビングプールでの飛び込み台の規格は国際基準とのことです。相模原市はこのような環境も整ってきていますので、飛び込みに強い、坂井選手の後続の選手が出てきてくれることに期待が持てますね。

さて、先週はガバナー補佐訪問、そして来週はガバナー訪問になります。ガバナーは12時15分頃に例会場にいらっしゃいますので、来週の例会は皆さん15分前に来てくださると助かります。中RC会員で、ガバナーを拍手でお迎えしたいと思います。例会後13時30分よりクラブ協議会があります。いつもの終わりの時間より遅くなつてはしまいますが、ぜひ皆さまご出席ください。そのときに、地区、ガバナーへの質問ということで、皆様に何かあったら教えてくださいということ

で、連絡をしていましたが、その意見をまとめ、次の質問をすることにいたしました。(別紙)

次の報告は、先日当クラブが推薦することになった、奨学生の杉野若葉さんより、申請書類が届きました。こちらには、ロータリークラブで奨学金を申請する理由が書かれていましたが、要約すると、まず、社会奉仕に取り組む知合いを広める為とあります。杉野さんは国内や留学先で奉仕活動に取り組んでいきたいそうです。その中でロータリーのような社会奉仕に取り組む仲間を増やしていきたいということです。

2つ目は、ロータリーの四つのテストにある、「みんなのためになるかどうか」という行動の考え方が杉野さんの大切にしたい考え方と合致しているというものです。まだとても若いのに、しっかりした考えをもってらっしゃる優秀な方なので、当クラブで推薦し、合格を勝ち取ってもらいたいですね。

最後になりますが、前回の例会で草薙ガバナー補佐よりお話しがありました、ポリオデーのチケットの販売について詳細が届いたようです。日程は10月25日(水)18:00~21:00、場所は「大和市文化創造拠点シリウス」というところです。電車で行く人は、町田から小田急線乗り換えで大和駅までいき、徒歩4分となっていました。チケット代は1枚2,000円、クラブで一括購入。ポロシャツ1枚5,000円になり、販売金の一部はポリオ募金となります。



●阪西会長、藤本幹事

- ①高飛び込み日本代表の坂井丞様、本日はお忙しい所、お越し頂きありがとうございました。お話、楽しみにしております！
- ②今月は、結婚記念日の阿部会員、小野会員、おめでとうございます。

●小野 孝会員

- ①ゲスト卓話の坂井さん、宜しくお願いします。楽しみです。
- ②結婚記念日祝有難うございます。(次ページへ)

●中里 和男会員

- ①ゲスト卓話の坂井さん、ご苦労様です。
②結婚日祝の小野さん、阿部さん、おめでとうございます。

●永保 固紀会員

坂井様を卓話にお迎えし楽しみにしています。

●竹田 繁会員、丸子 勝基会員

- ①高飛び込み日本代表の坂井様、ようこそ。
貴重なお話、楽しみにしています。
②小野さん、阿部さん、結婚記念日おめでとうございます。いつまでも、ラブラブで！

●阿部 毅会員

- ①ゲスト卓話の坂井丞様、パリでのご検討を祈っております。
②毎年必ず忘れている結婚記念日、事前に教えて下さり、また祝って頂き感謝します。

●豊岡 淳会員

- ①9月、結婚記念日祝の阿部さん、小野さん、おめでとうございます。
②本日卓話をお願いします、坂井様、楽しみにしています。よろしくお願いします。

●取住 悦子会員

- ①ゲスト卓話の坂井さん、楽しみにしています。
②9月結婚記念日祝の阿部さん、小野さん、おめでとうございます。

●佐々木 敏尚会員

- ①高飛び込み日本代表の坂井様、本日は卓話を宜しくお願い致します！
②本日、結婚記念日祝の阿部さん、小野さん、おめでとうございます！

●伊倉 正光会員

- ①坂井様、当クラブへようこそ。本日は卓話宜しくお願い致します。
②阿部会員、小野会員、結婚記念日祝おめでとうございます。

●大井 達会員

- ①坂井様、本日はようこそいらっしゃいました。お話を楽しみにしておりました。
②結婚記念日の阿部会員、小野会員、おめでとうございます。

●南 篤史会員

坂井選手、本日のゲスト卓話楽しみです。
本日のスマイル額 18,000円

<委員会報告>

(概要にて掲載)

○フューチャービジョン委員会 阪西委員長

フューチャービジョンの認識再確認を致しました。50周年に向けた目標とは区別する。具体的な数字を入れた行動目標を立てる。

今年度の委員会スケジュールについて

- 9/27 (水) 各委員からの案の確認
10/11 (水) パスト会長などを招き、案の議論
11/8 (水) ブラッシュアップ
12/13 (水) クラブフォーラムを開催し、その結果の検討と1月からの計画の話し合い。
1月 理事会を通す
2月 広報ツール (カタログ、パンフレット等) をどうするかなど。

○会員増強委員会

河野委員長

9月20日に委員会を予定しておりますので、宜しくお願い致します。
私たちのグループ進捗状況ですが、10月の例会に2名の方をお連れすることになりました。
楽しみにしててください。

【定例理事役員会報告】

1. ガバナー公式訪問

- ①ガバナー・ガバナー補佐打合せ 10:20~11:00
②ガバナー懇談会 11:00~12:15
③例会、ガバナー卓話 12:30~13:30
④クラブ協議会 (総評) 13:35~14:20

2. ポリオデーチケット購入について (9月30日)

チケット1枚2,000円クラブ購入または、個人負担。→次回の例会にて枚数確認
枚数をガバナー補佐に報告、相談の依頼有り。

3. ポロシャツ購入一枚5,000円→個人負担で承認

4. 交換留学生分担金について

一人2,000円×28名=56,000円 (9/29締切)
→承認 (国際奉仕会計より負担。)

5. 事務所の複合機交換にあたり、東RC、柴胡RCへの打診について

現在使用中の複合機と同様の機種で見積依頼。
月額リース金額: 17,820円 (中負担: 6,237円、東負担: 5,346円、柴胡負担: 6,237円)→承認
(阪西会長より)橋本公園河津桜イベントについて
橋本RCからの承諾を頂き、合同でのイベント開催ができそうです。予定では、河津桜が咲くころです。また、ご報告します。

【報告事項】

1. 第2780地区ガバナー事務所より

①ポリオデーチケット購入依頼について

本年度のポリオデーは、第一部のポリオ根絶セレモニー後に、ピアノコンサートを企画しております。チャリティーコンサート募金活動を行いますので、チケット購入代金の一部をポリオ募金とさせていただきますので、多くの会員の皆様、ご家族の皆様のご参加をお願い致します。

日時：10月25日（水）18：00～21：00

場所：大和市文化創造拠点シリウス

チケット代：1枚2,000円 締切：9/30

②ポリオデー向けポロシャツ販売のご案内

ポロシャツの販売金の一部をポリオ募金とさせていただきます。1枚5,000円（黒、赤）

③社会・国際奉仕委員長研修会のご案内

日時：11月11日（土）14：00～16：30

場所：アイクロス湘南

出席対象者：社会奉仕委員長、国際奉仕委員長（各クラブ2名ご参加をお願いします。）

例会プログラム

9月19日 ガバナー公式訪問

12：30～13：30 例会、ガバナー卓話

13：30～14：20 懇談会

担当：田島 敏久ガバナー

草薙 喜義ガバナー補佐

26日 夜間例会 「敦煌」

18：00～ 地区委員報告会

18：30～ 点鐘

10月 3日 ゲスト卓話 米山奨学生 朱さん
定例理事役員会

10日 卓話 担当：佐々木 敏尚会員

《9月お祝・結婚記念日祝》



★阿部 毅会員 9月15日

★小野 孝会員 9月24日



【メイクを楽しむ会】



・9月1日横浜東 RC 例会

例会記録

点 鐘 12：30

会 場 中国名菜「敦煌」

司 会 早川 正彦SAA

斉 唱 ロータリーソング「奉仕の理想」

ソングリーダー 黛 裕治会員

ゲスト 坂井 丞氏

出席報告

会 員	出席 (対象者21名)	事前メイク者
28名	(Zoom 含) 25名	1名
欠席者	本日の出席率	修正出席率(8/29)
1名	96.15%	86.96%

●例会場 中国名采「敦煌」

〒252-0231 相模原市中央区相模原 2-13-1

TEL 042-756-6555 FAX 042-756-6559

●事務局 〒252-0239 相模原市中央区中央 3-12-3

TEL 042-758-5750 FAX 042-758-1605

●E-mail：rotary@tbgt-com.ne.jp

●例会日 毎週火曜日 12：30～13：30

●編 集 親睦活動委員会

委員長：黛 裕治 副委員長：取住 悦子

委員：川合 貞義、竹田 繁、田所 毅

櫻内 康裕、阿部 毅、横溝 志華

南 篤史、山口 友彦、古屋 香織

●<http://sagamiharanaka-rc.jp/>