



ROTARY  
BRINGS  
HOPE

ロータリーは  
希望を  
もたらす



会長 山口篤之助 幹事 松田士郎 クラブ奉仕 市川輝雄 職業奉仕 庄司嘉雄 社会奉仕 布施隆夫 国際奉仕 中江 亮 青少年奉仕 塚原初男

出席報告：会員76名 出席51名 出席率79.69% 前回出席率81.54% 修正出席57名 確定出席率89.06%

会員スピーチ

あゝ 単身赴任

中 澤 進 君



私は、この6月に入会致しました中澤でございます。まだ皆様のお顔とお名前が解らず、街の中でお目にかかりましても、つい失礼申し上げているものと、この場をお借りし、お詫び申し上げます。

さて、折角のスピーチの機会を頂きましたので、少し自己紹介を申し上げ、旁々鶴岡での生活も3ヶ月が経過致しましたので、その雑感を紹介致します。

私は昭和18年、群馬県に生まれました。家内は1つ下の東京出身ですが、出会いは友人の結婚式で知りあい結婚、現在は高校1年の女の子が1人居ります。

私は所謂転勤族で、勤務先の東京海上に入社後、本店を振り出しに山形、静岡、前橋、そして鶴岡と歩いております。転勤族というと何か軽い響きの言葉で、他所者という印象がありますが、少くともその地域に溶け込み、皆様に愛されるよう努力しております。

転勤族の悩みに住宅の問題と子供の教育の問題があります。更に教育の問題は2つの心配事があります。1つは、子供の転校による校内いじめがあります。最近、校内暴力、いじめ等、荒れた中学生が社会問題にもなっております。今の子は昔と違い、弱

きを助け強きをくじく……とは全く逆で、身体が弱い子、精神的な知恵遅れの子、或いは性格の弱い子が標的となり、陰湿ないじめを受けます。転校生は何かと目立ち、皆の関心を集める……ということもあり、狙われやすいところとなり、親として気掛りなところでもあります。現実にいじめにあった例も聞いております。

もう1つは、高校生になりますと編入学が極めて難しいということと、本人も物心がつき、度重なる転校にイヤ気をさすこともあって、やむなく単身赴任を余儀なくされるということです。実は私も長女が高1入学直後であったことと、病弱な老母がいるため、やむなく初めての単身生活を始めることとなりました。

最近私同様、単身赴任者が増えており、その健康、家族問題などの面から社会問題としてクローズアップされております。昨年8月、日航の墜落事故の中に多くの企業戦士が痛ましい事故に遭遇致しました。また、その中に単身者が帰省途中にこの事故に巻き込まれ、他人ごととは思えず涙を誘ったものです。

去る7月14日に、最高裁の判断が出たものですが、単身赴任になるので転勤を拒否し、解雇された大阪のサラリーマンが、解雇の無効を求めた訴訟の上告審で、「原告の主張する家庭生活上の支障は通常甘受すべき程度のもの。会社は業務能率の増進や社員の能力開発などに寄与すると判断すれば、当然転勤

庄内空港の建設を推進しましょう

命令を出すことが出来る」と、社員の転勤について会社側に巾広い裁量権を認める判断を示しました。

昔、佐田啓二と高峰秀子の共演した映画に「よるこびも悲しみも幾歳月」というのがありました。若いサラリーマン夫婦が孤島、僻地に転勤を重ねつつ、孤独と労苦を夫婦愛でいたわりあい、人生航路を終るといふロマンスの香気たかい作品でありました。その頃は子供の教育も住宅事情も転勤の障害にはならなかったし、第一その頃のサラリーマンは会社への帰属意識が心から身体に浸みついており、会社は絶対的なものであったことからすると、先の大坂のサラリーマンのケースは考えさせるところです。

労働省の雇用動向調査では年間の転勤者は40万人にのぼり、そのうち約20%が単身赴任となっており、私共の会社でも転勤者の3分の1が単身赴任であり、かなり一般化しております。

単身者は年齢的に、ストレスのかなりかかる主要なポストにあるにもかかわらず、帰宅しても憩いの場である家庭がないというハードな状況におかれ、また今までは食事が出たものを食べるといった気楽な食生活であったものですが、自分で食生活を管理しなければならなくなります。

さらに多くの場合、子供は思春期にあるので、遠く離れた家族のことも心配しなければなりません。それだけに健康管理を徹底することが大事なこととなっております。この健康管理がうまく出来ず、脱落する者もおります。

私もこの鶴岡で初めての単身生活が始まりましたが、炊事、洗濯、掃除、買物…等、「生活」をするということがいかに大変かと思ひ知らされ、今更ながら女房の存在価値を認めた次第です。

また、諸先輩や友人などから単身生活の留意事項を種々聞かされる中で、3つほど心掛けることがあると言われました。

1つはマネージャー病の克服です。マネージャー病とは、中間管理職として上司や部下の間にはさまれ、そのストレスと過労のため心臓病や消化器潰瘍に悩まされる人たちのことを言うのだそうです。まして単身赴任ともなると、家族と離れて心のやすら

ぎの場を失うこととなりますので、それだけマネージャー病にかかりやすくなります。

そのために、①疲労を蓄積しない。②ストレス解消のため趣味を持つこと。③外食は栄養が偏るので2日に1度は自分で台所に立つ。④運動不足にならないようにすること等、基本として健康増進法を身につけるようにしています。

また2番目に成人病対策があります。単身赴任は生活リズムが不規則となり、食事でも外食が多くなりそれだけ成人病に対するリスクファクターが上昇するというものです。食事の塩分の取りすぎ、運動不足、精神的ストレス……といったような悪い因子が積み重ならないよう努力する必要があります。

3番目に食生活の管理があります。1人暮らしで1番困るのは何と言っても食事です。手を抜いていい加減な食事をすると成人病の標的となります。自分の食生活は自分で管理するほかありません。庄内は米と魚とお酒がうまいので誠に困っております。鉄の精神力で自己管理をする必要があります。

以上を念頭におき、逆に単身生活をエンジョイすることを心掛けています。

1つは、料理はストレスの解消になるということです。とにかく1人暮らしは始めてであり、料理などは作ったことがありませんでしたが、女房や子供が作った料理ブックや、会社の女子社員からプレゼントされた料理の本を始め、最近本屋さんには男の料理に関する参考の本が沢山出ております。たまにはシェフになったつもりで、休日など本と首引きで作ったりし、意外と出来ばえの良さに感激し、結構ストレスの解消につながります。いずれはケーキやクッキーなどにも挑戦したいと思っています。

2つ目は、食料品の買い出しを楽しむことです。皆さんは牛肉100gやピーマン1袋の値段をご存知ないと思います。コンビニエンスストアとスーパーでラーメンの値段が違うのもおわかりにならないと思います。たまにスーパーに出向くと物の値段を知ることや、世の奥様が安売り目玉商品を求めて殺倒することも知らないと思います。スーパーは、大きく言えば消費者動向を肌で感じ、マーケットリ

サーチとしても有効です。

3つ目は休日の活用です。“小人閑居して不善を為す”のたとえ通り、休日じっとしてはろくなことがありません。スポーツで軽く汗を流せば心のわだかまりも発散出来、適度な疲労が熟睡を招きます。私はテニスを少しばかりやっておりますので、時々プラスワンに出掛け、若い人達に混じり心身共にリフレッシュし、また若者との付き合いの場も出ております。

4つ目は、我がマンションは会社のクラブハウスと化しつつあり、コミュニケーションの場としても活用しております。時々社員を引っ張り込み、私の下手な手料理で一杯……という具合で、手料理の味定めに話がはずみ、社員とのコミュニケーションが図れます。また、何といっても良いことに、2次会への前進がないのは健康的であります。もっとも、社員は迷惑しているか知れません。

5番目は鶴岡という地の利を生かし、名所・旧蹟廻りをじっくり時間をかけて行うことが出来ます。また娘などはリゾートマンションか何か出来たような感覚で、夏休みなどはここを拠点に観光地めぐりをしてきて、またの訪問を楽しんでおります。

以上、单身生活を積極的にエンジョイすることにより、生活のバリエーションが広がってまいります。

鶴岡のこんな生活も3ヶ月が経過しました。この大自然に恵まれ、四季折々に美しい城下町で、暖かい人情に支えられ、何とか生活のリズムが出来て参りました。お寄せ頂いたご厚志に対しては、ロータリーという組織を通じ社会奉仕、職業奉仕をもってご恩返しをしようと新たな決意を抱く今日この頃の心境でございます。

とりとめない話をご静聴頂きありがとうございます。

## 会長報告

山口篤之助 君

1. 鶴岡市ボランティア協会長伊藤銚一氏より、身体障害者点字ワープロ購入資金165万円のうち3万円の助成要請がありましたが、理事会に計り、社会奉仕委員会でももう一度検討することに致しました。
2. 8月初旬に入院なされましたNHK局長坂本耕一さんより賜暇願いが出てますので、ご承認をいただきました。尚、近いうちにお見舞金をおあげする予定です。
3. 第2回クラブ協議会開催の件  
来る9月16日午後4時より“住よし”に於いて行います。登録料3,000円、各委員長は必ず出席下さい。委員長欠席の時は代理の方の出席をお願い致します。他多数の方の出席をお願い致します。
4. 福島県各地の豪雨に対するお見舞いについてのお見舞い。「ガバナー月信」号外より

### 《月信要旨》

8月4日から5日にかけての台風10号くずれの温帯低気圧により、福島県各地に被害をもた

らし、1,000億を越す大規模なものでした。

小生も公式訪問の度毎にクラブ内の被害状況などを聞き、僅かながら御見舞申し上げて来ましたが、地区内クラブからも「我々は何もしなくてもよいのか」という声が聞えて来ましたので、情熱をお伝えし、会員銘々のお気持ちを取りまとめる必要を痛感致しました。

ついでには、ガバナー提案として緊急に次の措置を取りたいと存じます。

1. 被害状況のおしらせ（別掲）
2. 義援金のとりまとめ（後記）
3. 被害地の慰問（ガバナー及び分区代理）  
○義援金は各クラブ会員の自由意志ですが、できるだけ御同意を得、1人500円程度を目標としたいと考えています。

—— 以下略 ——

ガバナー 九里茂三

以上ですが、皆様の同意を得て当クラブで取りまとめたいと思います。あくまでも義務でなく自由意志で500円の寄付をお願い致します。

## 幹事報告

松田士郎君

○例会日及び時間変更のお知らせ

1. 酒田R.C、酒田東R.C両クラブ9月10、11日の例会は講師を招いての合同例会の為

日時 9月10日(水) 12:00～13:30

場所 産業会館4階

講師 磯端克明氏

登録料 1,500円

2. 酒田東R.C創立記念日の為、例会時間の変更

日時 9月18日(木) P.M.6:30

場所 産業会館大ホール

登録料 3,000円

○創立20周年記念式典のご案内→東根R.C

日時 9月15日(祭)

場所 東根市立体育館

登録料 10,000円

○会報到着→鹿児島西R.C

○9月9日(火) G.S.E歓迎会により例会変更は、その準備にS.A.A、国際奉仕委員会、親睦委員会の皆様に応援を願いたいと思います。

## 委員会報告

### 国際青少年交換委員会

佐々木詰彦君

来日帰国学生並びにオリエンテーション歓迎会が蔵王の雲海荘で行われ、出席して参りました。

今年はオーストラリアから5人、アメリカから5人、計10人でした。帰国学生は6名が出席しました。いづれも話をしてみると、学生達は各々にひと廻り大きくなり、伊藤久美さんなども出席前に比べると大変遅くなってまいりました。

内容は別途機会があれば文書で報告致したいと思いますが、他の地区との話し合いの中で色々と問題点が出てまいりました。それを地区では派遣についてのマニュアルを作ることに致しましたが、そのマニュアルは受け入れの家庭を中心にまとめましたので、子供自身のナマの声が入っているかどうか疑問ですが、子供達の声については、最初にお約束した通りまとめるよう交渉してまいりました。

## 出席委員会

手塚林治君

1. 年間皆出席

13年間皆出席 小松廣穂君

2. 8月100%以上出席 5名

張 175%

松田 125% 山口 125%

佐々木 125% 新穂 125%

3. 8月100%出席 53名

秋野・阿蘇・藤川・早坂・飯白・石井・石川・石黒・板垣(俊)・板垣(広)・市川・飯野・黒谷・小池・小松・加藤(賢)・三井(賢)・三井(健)・嶺岸・迎田・諸橋・皆川・村中・松山・中江・中野・斎藤(隆)・笹原・佐藤(忠)・佐藤(順)・佐藤(衛)・佐藤(友)・菅原・鈴木(善)・鈴木(弥)・関原・庄司・斎藤(昭)・斎藤(庄)・高橋・丹下・手塚・富樫・高田・塚原・富田・上野・内山・碓氷・若生吉野・中沢・布施

## 親睦活動委員会

藤川享胤君

1. 9月会員誕生

小池繁治君・加藤賢君

本山弥君・上野三郎君

2. 奥様誕生

三井糸様・三井順子様

本山京子様・関原秋子様

坂本美嘉子様・忠鉢泰子様

## スマイル

小松廣穂君 13年間皆出席

佐藤元伸君 3男が全日本中学校水泳大会で200m、400mで全国優勝。

松田士郎君 会員の紹介に敬称略が不統一であったことに対して。

松山俊三君 奥様が布花教室でお世話になったことで。

## ビジター

鶴岡西R.C 菅原年雄君・児玉光弥君

鈴木次良君

温海R.C 本間毅君