



秋田東ロータリークラブ

輪 と 和

初代会長 最上義広 筆



ロータリーは機会の扉を開く

2020-2021年度

会長 相場宏泰 幹事 金子雄司
例会場 秋田ビューホテル
例会日 月曜日 12:30~13:30
事務局 秋田市中通2丁目6-1 秋田ビューホテル内
TEL018-833-5369 FAX018-833-5393

2021年5月10日(曇)
第2853回例会(第25回)

NO. 2387

次 第

司会；山陰逸郎 副幹事
相場 宏泰 会長

1. 点 鐘
2. 「君が代」 斉唱
3. ロータリーソング「奉仕の理想」
4. 「ロータリーの目的」 唱和
5. 来訪ロータリアン・ゲストのご紹介
6. 5月の誕生・結婚祝

渡部羊三会長エレクト
松本 剛 親睦委員
乾杯；平澤孝夫パストガバナー

*結婚周年記念日のお祝い…高橋 賢治 会員 (25年・銀婚式)

7. お食事の時間
8. 会長の時間
9. 新会員の紹介
 - ・SMB C日興証券(株)秋田支店
支店長 門間 匡紀 会員
 - ・日本生命保険相互会社秋田支社
支社長 高橋 信之 会員



相場 宏泰 会長
推薦者；保坂 英明 会員

10. 幹事報告
11. ニコニコニュースの時間
12. ゲストスピーチ

ゲスト；国際教養大学

準教授 クリストファー カール ヘイル 氏

テーマ；「自己紹介、国際教養大学の紹介」



金子 雄司 幹事
猪又啓一朗委員長
紹介；村上 亜紀 会員

13. 点 鐘

相場 宏泰 会長

◎4/5 ゲストスピーチ



「ヨガと性教育で、誰もが自分らしい生き方を」

“性”とまっすぐ向き合うヨガ講師 鍵谷 美波 氏

プロフィール

- 鍵谷美波（かぎやみなみ）
- 2016年 国際教養大学入学
- 2018年～2019年 スウェーデンへ留学
- 2020年3月 国際教養大学卒業、秋田を拠点に活動を開始

活動内容

- ヨガ指導…オンライン/対面/出張（朝礼ヨガ、福利厚生の一環として）
- 介護予防ヨガ…出張（デイサービスなど）
- 性教育講演…オンライン/対面/出張（小・中・高校など）
- 性の悩み相談室…オンライン

私が「“性”とまっすぐ向き合うヨガ講師」になるまでには、3つのきっかけがありました。

■ スウェーデン留学

私は幼い頃から、小さな“幸せ”を見つけるのが得意でした。家族で囲む食事や、晴れた日の澄んだ青空。毎日ほんの些細な瞬間が、ただただ幸せで、満たされた気持ちになれました。一方、身の回りやテレビに映る大人は日々の生活にどこか不満を感じているように見え、幼いながらも、そんな社会に疑問や違和感を持つようになりました。

“幸せ”について考え、学ぼうちに、日本が“ストレス社会”といわれることや、世界・先進国の中でも自殺率がトップクラスであることなどを知ります。他国と比較すれば経済的にも物理的にも豊かである一方で、精神的な豊かさが低いといわれるのはどうしてなのか。その理由をより広い視点で探るため大学へ入学し、大学一年時にスウェーデンの国民幸福度が世界一位になったことを知ります。「“世界一幸せな国”をこの目で直接見たい。」そんな思いを抱いて、スウェーデンへ留学します。そして、そこで私が見たのは、他社の生き方や価値観に干渉せず、互いを尊重し合う社会でした。仕事も生き方も、好きになる相手さえも、決して性別や一つの価値観に囚われない彼らには、周りの目を気にせず、いつでも自分らしくいていい安心感があったのです。「この安心感があれば、日本も“幸せな国”になることができる。」そう確信し、一年後日本に帰国します。

■ 性教育との出会い

2つ目のきっかけが「性教育」との出会いです。留学前に知り合った友人は、ヨーロッパの先進的な性教育を学ぶことを留学のテーマにしていました。その友人から話を聞くうち、性教育が想像よりもずっと幅広い分野であり、私自身もきちんと教わったことがないこと、そして、“性”そのものが自分にとって身近で、人生に大きく関わることだと気がつきました。日本では、性教育は多くの場合「思春期の心と体の変化」「月経や射精」などを取り扱う教科として認識されていますが、ヨーロッパやアメリカでは「SNSの使い方」や「恋愛」「性的同意」「人間関係の築き方」「LGBT」など多くの要素を含み、“包括的性教育”と呼ばれます。さらに、ユネスコによる国際セクシュアリティ教育ガイダンスでは、性教育は“遅くとも”5歳までに始めるべきだと言われます。学校では教わることのできなかつた性教育を自分で学んでいくうち、私は、日本ではまだまだタブー視されがちな“性”の話題が、誰もが自分らしく生きるために必要な知識とスキルであり、主体的に自らの人生を選択できるための人権教育であることを知り、それが幸せの重要な要素であると強く感じました。

■ ヨガとの出会い

そして、最後のきっかけが「ヨガ」との出会いです。スウェーデン留学から帰国後、1ヶ月ほど東京に滞在していた私は、偶然、ヨガの体験クラスを受講します。幼い頃から体を動かすのが好きで、ほんの軽い気持ちで受けたクラスの講師のある一言が、私をヨガ講師の道へ導くこととなります。それは、「アンバランスさも楽しんで」という言葉。多くの人にとって、なんてことのないように聞こえるかもしれないこの言葉は、昔から完璧主義で、できない自分を責めては自分自身の価値を疑っていた私に「バランスを取れることが全てではない。完璧などなく、揺らぎのある、ありのままでもいい」ということを伝えてくれたのです。幸せを探求しながら学び生きてきた私にとって、ヨガは多くの「こうあるべき」に囚われ息苦しさを感じている日本人が、日々の生活を自分らしく幸せに生きるための手がかりになる、希望のように見えました。こうして、スウェーデン留学、性教育、ヨガとの出会いを経て、私は「“性”とまっすぐ向き合うヨガ講師」になります。

■ 描く未来、今後の展望

そんな私が思い描くビジョンは、誰もが社会の“普通”に囚われず自分らしい生き方を選べる社会です。無意識のうちに植えつけられた「こうあるべき」や「普通」のなかで生まれる息苦しさをヨガと性教育で和らげ、もっと自由に多様に、自らの幸せを追い求める人を増やしたいと思っています。

世の中の普通に囚われず、普通と違うものを笑う声に負けず、自分自身の「こうありたい」を大切に、その人らしく生きられる、そして誰もが、隣にいる人のその人らしさを尊重できる社会を目指しています。その実現のために、性のタブー視によって、必要な知識や多様な選択肢にアクセスできない現状を解決します。必要な時に必要な情報にアクセスでき、困った時に安心して相談できる場所を作ること、全ての人が自分らしい人生を主体的に選択できるようになります。

■ 最後に：皆様をお願いしたいこと

最後に、この度ご縁を頂きました秋田東ロータリークラブの皆様、私からお願いがございます。ここまでお話させて頂いた活動内容やビジョンに少しでも共感頂けた方は、ぜひ、出張先や講演先などご紹介頂けると幸いです。どうぞ、よろしくお願い致します。

卒業後は県外へ就職する仲間も多い中、私がここ秋田で個人事業主として働くことを選んだのは、大学入学から5年間、私を見守り育ててくれた秋田に、私らしい生き方で恩返しをしたいという想いがあったからです。今年はさらに活動の幅を広げ、より多くの方にヨガと性教育を届けることで、近い未来、一人でも多くの方が自分らしく幸せな生き方を見つける手助けになりたいと思っています。

この度、このような機会を頂いたことに心から感謝申し上げます。ありがとうございました。秋田東ロータリークラブ様のますますのご発展をお祈り申し上げます。

【連絡先】

鍵谷 美波

TEL：090-7514-9460

Mail：minamikagiya.works@gmail.com

◎ 5月誕生祝

・会 員

1日 近藤 哲泰 会員
1日 鈴木 充 会員
2日 加茂谷博文 会員
12日 鈴木加奈子 会員
17日 高橋 信之 会員
19日 廣嶋 正彦 会員
24日 金子 雄司 会員
25日 明石 浩貴 会員

・夫 人

4日 谷口満州美 夫人
4日 平野 敬悦 夫人
5日 進藤 史明 夫人
6日 相場 宏泰 夫人
9日 進藤 政弘 夫人
15日 吉川 悟 夫人
15日 脇屋 晃大 夫人
20日 佐々木創一 夫人

◎ 5月結婚記念祝

1日 岩瀬 浩介 会員
1日 高橋 賢治 会員
※25年・銀婚式
1日 竹島 知憲 会員
4日 三浦 征善 会員
4日 佐藤 和則 会員

9日 三國晋一郎 会員
10日 明石 浩貴 会員
19日 門間 匡紀 会員
23日 佐藤 文信 会員
25日 保坂 英明 会員
31日 加茂谷博文 会員

【例会変更】

- ・秋田西RC … 6月29日(火) 創立25周年記念例会
- ・秋田RC … 6月2日(水) 特別休会
- 〃 … 6月16日(水) 親睦夜例会

※新型コロナウイルス感染拡大に伴う予定変更は下記の通りです。

- ・秋田RC … 5/19、5/26 休会に変更
- ・秋田港RC … 5/14、5/21、5/28 休会に変更
- ・秋田北RC … 5/11 休会に変更(警戒レベルが下がるまで休会)
- ・秋田南RC … 5/13、5/20、5/27 休会に変更
- ・秋田中央RC … 5/14 休会に変更(警戒レベルが下がるまで休会)
- ・秋田西RC … 5/18 休会に変更(5/25は開催予定)

【レート変更】

- ・5月1日より、\$1 = ¥109

【お知らせ】

- ・地区研修協議会が開催されます。

日時 ; 2021年5月22日(土) → 6月19日(土)に変更

場所 ; 湯沢ロイヤルホテル

出席者 ; パストガバナー、次期ガバナー補佐、次期地区委員長、次期地区副委員長、次期地区委員
次期クラブ会長幹事、次期クラブ委員長、新会員、米山カウンセラー、米山奨学生

- ・「ハイライトよねやまNo.253」がホームページより配信されました。

【到着】

- ・ロータリーの友 5月号
- ・ザ ロータリアン 5月号
- ・ガバナー月信 5月号

知見 将彦 会員 with 名古屋孝子 元会員

昨日のブラウブリッツは、後半のアディショナルタイムにて同点に追いつかれてしまいました。ですが、日本代表経験者が2人も入ったジュビロに善戦しました。

2列となりで応援していた名古屋さんに、「ニコニコしておいて!」と言われましたので、2人分ニコニコいたします。

猪又啓一郎 委員長

新生「秋田ホテル」として、新たなスタートとなりました。今後の改装も、これから大きな話題を作ってまいります。ご期待ください。

◎ 5月理事・役員会

1. 会長幹事慰労会（例会変更）

日 時 ; 6月28日（月） 18:00

場 所 ; 秋田ホテル

↓

通常例会に変更

2. 現・次年度合同クラブ協議会の日程について

日 時 ; 6月21日（月） 例会終了後

場 所 ; 秋田ホテル

出席義務者 ; 現・次年度 理事役員、委員長

3. 5、6月例会プログラムについて

5月17日 新会員スピーチ → 休会に変更

24日 職場訪問例会 → 休会に変更

30日（日） おはよう例会 → 休会に変更

6月 7日 新会員スピーチ → 休会に変更

14日 特別休会（4回目） → 通常例会に変更

21日 新会員スピーチ … 佐藤 淳 会員

4. 第19回秋田県障害者スポーツ大会の協賛について

5. 余剰金の取り扱いについて

・生活困窮者支援 … 米、レトルト食品等 @3,000×100個

6. 4月試算表

7. その他

・ロータリー財団地区補助金の申請 … 次年度なし

・青少年交換プログラム「留学派遣候補生」推薦について
