

第25回(通算1637回)例会報告	令和6年1月26日(金)	年男放談②
出席報告	総会員数58名(計算会員数51名)欠席8名 出席率84.31% 前々回修正出席率92.00%	
歌/会場	それでこそロータリー	会場:ロワジールホテル豊橋 30F「ル・モン」12:30~

会長の時間



山本雅久会長

皆さんこんにちは今日は我々のゴールデンロータリークラブは今年度もあっという間に半分が終わりました。年間の事業計画も各委員長委員会の皆様においてはより一層のご協力をもって事業計画に沿った計画をじっくりしていただきますようお願い申し上げます。ここ半年間の会員の例会出席率が徐々に落ちてきており、再三の出席依頼をしてもなかなか伸び利率が上がリません。例会に出席できずメーキャップする方法があるのでそれを利用しないのでしょうか、欠席の修正を行うように①他クラブのサインによる方法
 ②他クラブへの出席の二つの方法があります。③地区委員長会議に出席、地区の行う地区大会、地区研修協議会、の参加は出席とみなします。
 といった①から③の方法で例会はロータリアンの出席の義務を守りましょう。真のロータリアンを目指して。例会でのマナーについて例会での講演者のスタートが12時30分で1時6分までが退出してはならない(60分ルール)の縛りがあります。

講演者に対して中途退出ほど失礼があつてはなりません。ゴールデンロータリークラブの会員の皆様マナーが問われる

ロータリアンの義務: ①出席の義務
 ②会費の支払い
 ③ロータリーの友の購読

入会記念日祝い

井上 穂会員



誕生日祝い

お誕生日おめでとうございます!



宮川嘉朗会員 高橋哲也会員



廣中雅章会員 大須賀憲太会員 酒井正樹会員

会員スピーチ

「私が今まで育んできたこと」
 「私が現在育んでいること」
 「私がこれから育んでいきたいこと」



小久保拓吏会員

私が今まで意識の中で育んできたものはございません。この先も何かを育もうと意識することも無いでしょう。私自身が過去を振り返り多分、育まれてきたらうと感じたことをお話しします。

私の座右の銘「勝つことよりも負けないこと！」が生まれた経緯は、のびのび過ごした中学校生活を終え高校に入学した直後の1年間に体感したことが始まりです。静岡県藤枝市にあります男子校・校則が坊主頭・入試倍率0.88倍・授業が工場勤務という特殊な形態を持つ相川学園静清工



業高等学校電気科に野球を通じ入学させて頂きました。入学時にロッカー代3年分7,500円を支払い入学金や授業料は免除という状況で中学3年の3月20日に同学年24名の寮生の先陣をきって入寮致しました。学校敷地内に校舎・体育館・野球場・雨天練習場・野球部寮があり、寮生が学校の敷地から出れるのは夏の大会終了後二泊三日と年末年始の四泊五日のみ。そのような過酷な条件を受入れ入寮し、洗濯・食事の準備・食器の洗い物・トイレ掃除など慣れないことを経験しながら練習に参加。そして桜の咲くころ晴れて入学式が行われました。それを機に1学年上の先輩たちの態度が一変し、やかんに氷を入れ飲んでいただけなのに練習終了後、先輩の声「1年公集合」。何だろうと思いきや集まったところ「何で1年公がやかんに氷入れてんだ！一人づつ来い！」。先輩がノックバットを握りしめ「ケツバット」という儀式が始まり一人づつフルスイングで「お願いします！」「バシッ！」「ありがとうございました！」今思えば、氷が原因でお尻が腫れあがり痔になるほどの理不尽なことによく耐えてきたと思います。その後、夏の大会も終わり1・2年生だけになり優勝候補の筆頭と言われた秋季大会で県4位。神宮大会出場を懸けた東海大会でも敗れ、夏まで目標もなく先輩達も暇で「練習に気合が足らん」とか「洗濯物の畳み方が悪い」とかで週1回ほど号令が掛り痛い思いをしたことが思い出されます。「勝たなくてもいい、でも負けたらいかん。」と心に忍ばせ、常に先輩の顔色を気にして過ごした16歳の1年間は自分自身にとって懐を広く深く育てて頂いたと実感しております。先輩、ありがとうございます。社会に出てから16歳の時のような辞めたい・逃げたい・死にたいと思ったことは一度もありません。そのような思い出に感謝し、母校の校歌を歌わせていただきます。

校歌1・2・3 「霊峰雲は晴れて 東にそびえ 連山みどり 深し 日本平 理想も高く 青春の 意気の一路を 進むとき 産業前途広し 静清工高」 きをつけ！ありがとうございます！



鶴殿健次会員

本日は僭越ながらご指名をいただきましたので、会員スピーチをさせていただきます。さて、私がこれから実践していこうとしていることを紹介します。年末にある社会福祉士の本を読

みました。高齢者社会になり、日本の総人口の約3割が65歳以上であり、100歳以上の人口は9万2139人（2023.9現在）で毎年増加しているようで、最高高齢は116歳の女性だそうです。しかし、平均寿命と健康寿命の差は男性で約9年、女性で約12年だそうです。つまり、約10年間もの長きにわたり介護や医療をはじめとするサポートがなくては日常生活に支障をきたす状態が続くことを意味しているそうです。とくに、認知症になったら子どもたちがエンディングを迎えるまでコスト立て替えリスクに襲われるそうです。しかも、それに対する見返りが相続時に保証されているわけでもないことも手伝って深刻な問題になってきているそうです。わが子に過度な負担を強いることなく、親子関係を良好に

維持して長生きする必要があるそうです。100歳までハッピーに過ごすための処世術として、「老後の十戒」と題して掲載されていまして、今後実践して牧野先輩を目指して長生き大作戦をしようと思いますので、今日は「老後の十戒」を紹介してお開きとさせていただきます。其の壱「死ぬべからず」 其の弐「呆（ぼ）けるべからず」：認知症は生活習慣病です。「喫煙・食事・飲酒・ストレス」を減らすことです。まあ、「わかっちゃいるけど変えられない」という方が殆どでしょうが、100歳まで人生をエンジョイしようと思うのであれば、やはりできる限り健康的な暮らしを意識的に実践することが不可欠です。 其の参「怠けるべからず」：リモコンひとつあれば、なんでも事足りる時代になりましたが、でもそれは万病のもとと知っておきましょう。継続できるエクササイズを心がけましょう。 其の四「驕（おご）るべからず」：老いては子に従えと言います。実るほどこうべを垂れる稲穂かな、です。「今の若いものは・・・」は禁句です。其の五「ケチるべからず」：煩惱に執着するのはやめましょう。天国におカネは持っていけません。古い先の支援を頼むのと引き換えに、おカネは先に渡すこと。これが幸せな老後の源泉だと思えます。 其の六「拗（す）ねるべからず」：老いるとは喪失のプロセスです。まわりから嫌われるのは百害あって一利なしです。 其の七「依（よ）らしむべからず」 薬漬け、検査漬け、高齢になってからの手術。いわゆる過剰医療とは距離を置くべきです。適度な距離感が大切です。 其の八「籠（こも）るべからず」：外に出ましょう。街に出ましょう。五感で感じる事が出来れば、おのずと孤独死や孤立死のリスクが減るはず。 其の九「枯れるべからず」：心に潤いをたたえ、まちがっても、ボロ雑巾みたいなお爺さん・お婆さんにならないことです。現代を生きる私たちにとって、最大のリスクは、感染症もあるかもしれませんが、認知症です。そのためにも、恋せよ愛せよ、そして生きよ、です。恋すりゃボケてる暇はない。 其の拾「信ずるべからず」：偏重（へんちょう）報道、忖度報道、建前情報、悲観情報を煽るテレビは観ないに越したことはありません。そんな時間があるなら、本を読んだり、音楽を聴いたり、絵画を見たり、大切な人との会話を楽しむことです。以上10項目でしたが、限りある時間を価値あるものにするために、少しでも日々がんばりましようと言っているように感じましたので、子ども世代に迷惑をかけることなく100歳までハッピーに過ごすために100歳までロータリーが出来る様に、少しでも実践して頑張りたいと思う今日この頃です。ご清聴ありがとうございました。

年男放談

牧 岳大会員



皆様、こんにちは。入会11年目、今47歳で今年48歳になる予定、満年齢だと49歳、辰年生まれの牧です。クラブで初めての年男放談を行わせて頂きます。15分間、お付き合いのほど、よろしく願いいたします。

地震や事故等、ショッキングな年明けとなってしまし



したが、皆様、どうお過ごしでしたでしょうか？私は、年末家族会の後、RYLA セミナー受講生を推薦された各クラブさんからの申し込みに対する対応で一日中 PC の前に釘付けとなり、疑問点があれば即時電話対応といった感じの数日間を経て、12/30 からはのんびりと毎年の皆様の年男放談の会報を読みながら過ごしました。

初めてですので、少々年男について調べていました。wikipedia によると、「生まれた年と同じ十二支の年を迎えた男女である。例えば、卯年生まれの男性の場合、12 年毎の卯年に年男となる。ただし、生まれた年には、年男・年女とはならず、その 12 年後が最初の年男・年女である。」とあります。ということで、4 回目の年男ということになります。

放談ということで、言いたい放題でも良いのかなと思ったりもしましたが、ロータリー会員としての品位も大事にしながら、お話しいたします。

生まれは、私の母の帰省先である東京です。父が千葉県の公務員でしたので、高校卒業までは、千葉県君津市に住んでいました。千葉県遠いですよね、両親や弟に息子を会わせるために、度々車で帰省していますが、年々、体力的に疲労を感じるようになってきています。でも、本当に遠いかどうか。実は、幼少期から、君津市ではゴミゼロ運動が盛んでした。小学生の頃から参加している記憶があります。21 歳の時に妻に出会い、ゴミゼロ運動が豊橋発祥であり、豊橋魚市場の野沢東三郎社長が推進していたこと、その先代の魚市場の社長が妻の曾祖父ということを知り、遠いようで近いという不思議な感覚になりました。きみつアーカイブスというインターネット上の書庫のようなものがあるのですが、それによると、関東のゴミゼロ運動は、豊橋北 RC の会員であった野沢さんのロータリアンの友達が君津市に居て、その方が千葉県のロータリアンなど 100 名程を連れ、豊橋のゴミゼロ運動をお手伝いし、それを君津市でも行い、地区でゴミゼロの委員長となり、ゴミゼロ運動は関東の一都八県に広がったとのこと。「ゴミを捨てることによって、ゴミを捨てない心を作ること」、この基本理念、私も大事にしていきたいと思っています。

12 歳の時は、小学校 6 年生でした。この年、初めて学級会長をやっています。それまでも、学級内を 7 名ずつ位に小分けした班長をやったことは何度もあったのですが、学級会長ともなると、自分のこうしたいという思いと、クラス 40 人のみんなの心、その狭間の難しさを痛感した一年でもありました。この頃は、というか、心の奥底では今現在もなのですが、自分はリーダーのようなタイプではなく、リーダーに対して、解決方法を提示する技術者のタイプかなと思っておりました。父は公務員といっても、水産試験場の研究者。目に見えない細胞に対し、顕微鏡を覗きながら、極細の注射針で液体を微量注入するとか、細かいことが得意な父だったりします。血の繋がった叔父は 2 人いるのですが、父方の叔父はプログラミングを IC に焼き付けるといった電気関係の会社の社長、これまた、エラーが出ないように堅実な作業というのが求められるものです。母方の叔父は東工大の化学の助教授。化学で扱う、原子や分子、そもそも見えないのだけどといった感じで、そういう意味では、重箱の隅を探求するのが楽しくなってしまうの

は遺伝による性分かなとも思っております。そういう性分、ねちっこくて鬱陶しいと思われる方が多くいらっしゃることも重々承知していますが、色々のご容赦頂けると幸いです。

話は変わりまして、東京湾アクアラインと海ほたる PA、通ったことあるよといった方、多くいらっしゃると思います。平成 8 年に開通するのですが、工事は平成元年から始まっています。ちょうど私は中学 1 年生でした。懲りずに 2 学期の学級会長をしています。アクアラインの模型を文化祭で展示する。これをクラスの出し物にしちゃいました。クラスメイトや担任、学年主任に対し、裏工作とかしながら、結構、強引に決めてしまいました。そして、強引に決めた癖に、この年の秋、持病の喘息をかなり悪化させてしまい、学校を断続的に週の半分休むという状況に陥りました。頼りになるクラスメイト達が頑張ってくれたので、助かりましたが、クラスメイト達、大変だったと思います。その時の反省、心の楔のようになっています。やり方が不誠実だったかなという反省です。誰かに協力を求める時は、きちんと意義を説明して、相手に「よしやろう」という気持ちになって頂く。これが重要だと思うようになるのは、もう少し時間が経ってからとなります。中学 3 年生の時に、いわゆる委員会のようなもの、学校内の報道の委員会の委員長のようなものをやっています。中学 2 年生で初めて全校生徒による選挙で選ばれる役目に立候補する羽目になりました。信任投票だったのですが、開票まで、気持ちが落ち着かなかった記憶があります。全校生徒を前にしての選挙演説、もう二度とやりたくないか思っていました。自分への自信のなさというところ。お昼の音楽の放送やビデオの放映、希望の曲を順繰りに各クラスにアンケートを取ったり、撮影方法を改良したり動画編集を導入してみたりと楽しくやっていましたが、もう一つの新聞作りの方、毎月発行すると公約しておきながら、副委員長に丸投げの放置で、結局、年に 1 回しか出せていなかったりします。急かせば良いものではない、脅しながらやらせれば良い結果が出るかといえばそうでもないし、そもそもそんな方法取りたくない。こころ辺、今でも苦手だったりします。

その後、千葉県立木更津高校に進学しました。1 年生 1 学期に学級会長をやっています。この年の文化祭、トラウマになっています。お互いもう高校生だし、大卒さえ示せば、自分が何もしなくてもみんなから良いアイデアが出て、良いものを作るだろうということで、環境問題を出し物にしようと言ったきり、何もしないで日々を過ごして、結果として、みんなの持ちうるものを引き出すことに失敗しています。思いを伝えるの、難しいと痛感したのと同時に、やっぱり自分はリーダー向きではないと思ったりしました。部活動は世間で言う吹奏楽部に所属していました。部員数は 3 学年で 70 名程度だった記憶があります。毎年 1 回、定期演奏会を行なっています。伝統で、部員が自力でスポンサーを一件一件探し、パンフレットに掲載して木更津市民会館の大ホールを借りる費用を捻出していました。観客は毎年 800 名程度です。3 年生の時に実行委員長をやっています。私自身、ピアノを小学校時代に 3 年間習っただけの音楽経験なので、演奏や音楽の知識に関しては、他



の部員の皆様頼りでした。今思い回しても、一人一人凄く個性が強い仲間でしたが、自分が裏方に徹することで、何とか切り抜けました。しかしながら、集団で何かを成しうるといふことに対する苦手意識は残ったままでした。

部活やその他、遊びすぎて高校時代の成績は散々でした。赤点を取って留年ストレスという高校時代でしたので、1年浪人しています。さすがに浪人時代は真面目に勉強しました。ここまでの自分の人生でも、真面目に勉強したと言えるのはこの一年間のみだったと思います。それまでは、遊びの延長で、その時に思いついたことをやり散らかす。こういう方法の方がリラックスして取り組みますよね。楽しいから身につく。パツとしたヒラメキも出てくる。浪人時代、大学に合格するために勉強するっていう感じに考えを組み立て直して過ごしていたためか、無事第一志望の学校には入学できたものの、今残っていることが少なかったりします。ですが、この手法を取れば、短期の、とりあえずの結果はある程度のところまでは得られるとか、外部に約束できるような形を作ることができるといった感じの収穫もありました。

2回目の年男だった24歳、まだ大学生をやっています。浪人時代に慣れないことをしたツケ、無理して分不相応な大学に入学しちゃったツケみたいなものにより、見事に2年留年しています。塾講師や家庭教師の仕事に没頭していました。就職氷河期と呼ばれる社会情勢の中、誰かのパイを奪ってまで競争に参加したくないとか思っていたりもしたのですが、将来、集団の中で働くということに対する抵抗感が根底にあって、やり方によっては多くの部分をソロで仕事できる塾講師、それを自分の中で確固たるものにしたという思いがあったのかもなあとということを、今さらなのですが、地区RYLA委員会に出向して、青少年に対してリーダーシップ研鑽の機会を提供するという役目を負ったことで気付きました。

自分の過去の経験から青少年に提供できるもの。ロータリアンとして、地区RYLA委員会のメンバーとして責任を持って提供しないといけないもの。自分のこうしたいという思いと他者。他者のこうしたいという思いと自分。誰かと誰かの間でのこういった依頼の関係を見守りサポートするというケース。当事者の自分は、誰かに見守られているのだなという部分。「もう懲りた」ではなく、仏教用語で言うところの「忘己利他」、ロータリーの第一モットーの「超我の奉仕」で精進していきたいと思います。

まとまりのつかない話にお付き合い頂き、ありがとうございました。皆様、今後ともよろしく願いいたします。ご清聴ありがとうございました。



宮川嘉隆会員

年男放談という事で、話をさせていただきます。入会させて頂いて約半年、インシエーションスピーチすら行わせて頂いていない新参者ですが、せっかく頂いた機会なので、自己紹介の意味も込めて、干支一回りこの12年間で私が体験した印象的な出来事を干支にちなんで12個ほど紹介させていただきます。

1. 2021年香港の旅！～“隔離”なんて言葉、もうお忘れですよ？～
隔離とはどんなもの？
2. I lost my passport から始まる大冒険。パスポートの管理は慎重に！！(2018)
バンコクでパスポートを紛失、からの帰国までの道のり
3. ラーメン一杯5,000円！？2023年 in ホノルル
2023年アメリカ、ハワイのホノルルの現実
4. 豊橋青年会議所の理事長をやるには〇〇万円必要？～2015年Version～
2015年に豊橋青年会議所で理事長をした際の金銭事情
5. 名古屋ゴルフ倶楽部(和合)は超高齢社会？48歳はどこまでも若手！？
6. 2014年8月、長男誕生。四代目の名前は？
7. 東京オリンピックと機械遺産登録(2021・2022)
新国立競技場の屋根はどうやってつくられている？
8. フルマラソンってなに？～2018年大阪秋の陣～
友人に誘われて参加してしまった初マラソン、結果は
9. 宮川工機 創立80周年記念パーティ開催！(2022)
10. JALファーストクラスの旅！(2019)
一生縁のないファーストクラス、とっていましたが、思いがけず乗る機会に恵まれて…
11. 海外ではあたりまえ？GRABとUBER～世界でのライドシェア事情～
12. もうすぐ沈む！？水の都ヴェネチアの街で迷子に(2012)
皆様ご存知の水の都ヴェネチア。町の中は複雑怪奇で…

以上、12のお題目の中から、一番大きな影響のあった新型コロナウイルス感染症に関わるエピソードを中心に時間のゆるすかぎりお話をさせていただきます。

まずはじめに、～2021年香港の旅！“隔離”なんて言葉、もうお忘れですよ？～
について、お話をさせていただきます。

コロナ禍の真っ最中、2021年6月ある書類の申請と許可を現地で受け取る必要があり、香港へ行くことになりました。もうすでに皆さんコロナ禍の事などお忘れかとは思いますが、当時海外へ行くためには新型コロナウイルスに感染していないという証明をした上、当該国への入国に際し現地での検査と隔離が必要でした。この時の香港政府の指定した隔離期間は…なんと3週間。世界中で、そしてコロナ期間中で最も長い隔離を必要としていました。その経験について、お話ししたいと思います。

当時、香港に入国するためにはIDカビザを持っていないと入れませんでした。

その上で、事前のPCR検査を行い陰性であることの証明書を発行してもらする必要があります。また、ワクチンを打っていない日本からの渡航は入国後3週間の



Compulsory Quarantine (強制隔離)を求められました。その為か、私の搭乗した香港に向かう飛行機の機内には乗客がビジネスクラス3名、エコノミークラス9名の12名しかいませんでした。本来13名の搭乗の予定だったみたいですが、搭乗予定の1人の方のPCR検査陰性証明書の有効期限が切れており、渡航できるかどうかの確認からの積み込んだ荷物を下ろす作業等、かなり出発まで待たされました。コロナ禍ならではの事情です。結局、フライトはいきなり1時間ほどディレイ。中々の出だしになりました。ちなみにCAさんも研修で搭乗した方を含めて12名。手厚い看護を受けました(笑)

ビジネスクラスは個室固定の為、エコノミークラスの方が席を自由に広く使えて良かったかもしれません?(笑)

フライト自体は特に問題なく香港に到着。普段ならすぐに入国審査、税関と進むのですが、この時は到着後、PCR検査と強制隔離の為の手続きを行います。到着ゲートからかなり端にある検疫エリアに向かい、長い通路をあちこちに移動しながら、検査と書類の確認、そしてQuarantine Order(検疫命令書)の作成と誓約をさせられます。そして、GPS発信装置付きのリストバンドの装着と携帯電話の登録をして終了、のはずでした。登録が終わった後、本来なら係員の方が検疫命令書をチェック後に渡してくれるはずのところを渡されず、最終確認で命令書が無くてパニックに。仕方なく前のセクションに戻って、作成し直してもらい、再度最終確認に臨むと、そこでは無くなったはずの命令書が担当官の手元にありさらに大混乱。この時はここまで来て強制帰国させられるのか不安になりましたが、結果的になんとか無事に通してもらえました。その後、指定された待機場所に移動して、検査の結果を待ちます。待機場所では、準備してあったペットボトルの水とサンドイッチやビスケットなどの軽食を手に取り、結果が出てくるまで一人さみしく待ちぼうけ。大体、結果が出たのは1時間半くらいでしょうか。特に問題もなく、入国審査を経て、隔離ホテルに移動することになりました。

隔離ホテルは香港政府の指定する隔離ホテルリストから選びます。私は空港直結のホテルを選択したので、振り分け場所の指定エリアで待機していましたが、他のホテルの方々は専用の護送バスに振り分けられて、直接ホテルまで移動することになります。私たちのグループは、ある程度人数が集まったのちに、係員の引率で歩いて300メートルほど歩き、ホテルにチェックイン。説明を受けたのちに、21日間の強制隔離に入りました。ちなみに、チェックイン時に初回のPCR検査キットと一緒にランチボックスをもらいました。ただ、機内食を食べた後で中途半端な時間だった事。また、開けた感じであり食欲も湧かなかった事もあり、結局食べられなかったことを覚えています。

ここから隔離生活が始まります。

Designated Quarantine Hotel (指定隔離ホテル)に到着し、隔離生活のスタートです。今回選択したRegal Airport Hotelは香港市街から距離があり、やや歴史のあるホテルで、中心部にあるホテルより少しお安め。値段と広さを比較して、suite roomをブッキングしました。部屋に入ってみると、ロコミで少し古いとか臭いがとか気になる記載もありましたが、気になる程でもなく、部屋の広さには凄く満足しました。やはり、長期生活においてベッドルームとリビングルームが分かれているのは重要なポイントです。あと、ミニキッチンがあり、ラッキーな側面もありました。外を見るとベランダがあってラッキーと思いきや、目の前に大きく警告の紙が貼られています。外に出たら25,000香港ドル(約45万円)の罰金の上、禁固刑になると書かれていました。

食事は毎日3回、朝・昼・夜と部屋の外に用意された椅子におかれます。隔離生活の中で部屋から出られるのは、この弁当を取るときと、ごみを外に出すときに一步だけ許されています。食事・弁当は決まった時間に置かれるわけではなく、日より時間にズレがあり、タイミングが良ければ暖かいご飯が食べられましたが、時には冷め切ったラム肉を食べなければいけない場合もあります。基本的には冷めた弁当の中で食べられるものだけ食べる、というスタンスで乗り切っていたのですが、内容によっては、さすがに無理…という日もありました。そんな時は、日本から持ち込んだカップラーメンやレトルトカレーの出番、先に隔離をされていた方たちの情報・生活の知恵を活用させていただきました。隔離生活を通して、食事で助けになったのは、インスタント味噌汁と粉末タイプの緑茶や紅茶でした。あとは、お茶漬けのもと等、日本人の味を手軽に味わえるアイテムが苦しい3週間を助けてくれました。これらのものは長期で海外に行く際には、お供として持っていくとより楽しい旅行になると実感いたしました。

続いては隔離期間中のPCR検査についてのお話です。21日の隔離期間中に合計4回のPCR検査があります。1回目はチェックイン時に渡された検査用サンプル提出セットに唾液を指定量入れて提出します。2回目以降の検査は唾液ではなく鼻咽頭ぬぐいでのサンプル取得方法になり、前日に部屋の電話が突然鳴り、英語で「明日、検査があるからしっかり準備しておけよ」的なことを一方的に伝えられました。検査の時はいつも突然くるので、不安な1日を過ごすことになります。ちなみに、私は英語が堪能ではないので、理解している内容は全て雰囲気です。もしかしたら時間も伝えられていたのかもしれませんが。ところで、香港と日本の時差はご存知でしょうか?時差はたった1時間ですが、この1時間が日本に合わせて生活していると結構曲者でした。気がつくと香港時間で生活をしていて、起きる時は日本時間に合わせて起きる。だいたい、香港時間の朝5時半に起きて、夜12時半に寝る、日本時間で言うと朝6時半に起きて、夜1時半に寝る、というか



なり寝不足な生活でした。

朝も、ちょうど朝食が届く頃に始業時間になり、朝イチの仕事、メールやその他の確認をしてから、ご飯を食べることになります。朝食前の時間は朝活にはもってこいの時間ですが、睡眠不足もあって中々活動的になれず、苦勞をしていました。

いよいよやってきた最終日、時計の針が深夜 12 時を回るのが確認し、隔離が終了したことを噛み締めてから、心置きなく就寝しました。

翌朝、部屋番号が記載されているビニール袋から、朝食とコーヒー・紅茶セットを取り出して、この部屋での最後の食事を頂きました。

中身は餃子に中華風チマキ、お粥にフレーク。

餃子とチマキだけを食べました。日本から持ち込んだ最後のカップスープと一緒に。

紅茶用のカップをテレビ前のカウンターに 7 個×3 列で並べた最後のピースとしてセットし、全てのカップが揃い、この部屋に 21 泊したことを実感します。

朝食を食べた後に、入国時に腕にはめられた位置確認用の GPS を外し、体調管理用の記録用紙に計測した体温を記入してミッションコンプリートです。

同時に、入国時にセットされたスマホの検疫用位置情報確認アプリにも、検疫が終了したのでアプリを削除するようにメッセージが表示されました。

ちょっとした事からも、隔離が終わった事を実感します。

ちなみに、この隔離期間中は、毎日 2 回、午前と午後に体温を測定し記入する事を義務付けられていました。忘れても誰もチェックしないので特に問題ないのですが、体調管理の一環としてほぼ毎日、たまに忘れたこともありましたが、記入していました。

ちなみに空港で頂いた体温計ですが、壊れているのか、何度も計測しましたが、まともな体温が表示された事は一度もありませんでした。代わりに、日本から持ち込んだ、タニタの体温計で毎回計測。日本の良さを改めて実感いたしました。

出獄はホテルのチェックアウト時間までなら、いつでも自分の好きなタイミングで行うことができます。チェックアウトの際には、フロントに電話して、これからチェックアウトする事を伝えないとはいけません。確認後、ホテルスタッフの方が部屋まで迎えに来てくれて、荷物をピックアップした後に、退出用指定ルートに従って出口まで案内してくれます。

最後に Quarantine Order の確認と簡易的なチェックアウト処理の後に、あっさりと解放されました。

食事内容に四苦八苦したり、隣人の音に悩まされていたり、毎朝強制的に叩かれる扉のノックにビビったり、リネン類の交換に戸惑ったりと、いろいろありましたが終わってしまえば、あっという間の 3 週間でした。

個人的には大変貴重な体験をさせて頂いたと思っています。

今回お話させて頂いた隔離生活と香港での行動と帰国後についての詳細は私の Facebook に記載されています。興味のあるかはこちらをご覧ください。

ご清聴ありがとうございました。

第3回クラブアッセンブリー
13:40~ 於: 2階「菊藤の間」



★ニコボックス

山本雅久・高井龍雄：年男放談パート 2 です。辰年のお二人のお話楽しみです。よろしくお願ひ。

大須賀憲太・宮川嘉朗・

高橋哲也・酒井正樹・

廣中雅章：誕生日をお祝ひ頂き。

井上 穂：入会記念日をお祝ひ頂き。

小久保拓吏・鶴殿健次：会員スピーチをさせて頂き。

牧 岳大・宮川嘉隆：年男放談をさせて頂き。

青山泰三・今川明彦・

飯野益道：ポールハリスフェローを頂きありがとうございました。

山口幹夫：皆さんのお陰でタケノコクラブの麻雀大会を開催できました。

今川明彦：1/19 新春初打ち麻雀大会にて 2 位でした。参加頂いた皆さんありがとうございました。

鈴木雅人：ニコボックスを発表させて頂き。

尾崎雅輝：会葬御礼

鈴木雅人ニコボックス委員

★他クラブの例会変更

■2月 5 日(月) 豊橋南 RC 明るい家庭づくり推進大会

■2月 7 日(水) 豊 川 RC 海外姉妹クラブ歓迎例会

■2月 14 日(水) 豊 川 RC 創立 65 周年記念式典