

国際ロータリー会長：バリー・ラシン

「インスピレーションになろう」

第2560地区ガバナー：川瀬 康裕

「自らのストーリーを作しましょう」

会 長：高橋研一

「将来みんなのためになること

これからのロータリーのために

力を込めて課題にチャレンジしよう！」

幹 事：松山浩仁

S A A：外山裕一

三条北ロータリークラブ週報

例会日2019. 6. 11 累計No.1551 当年No.45

例会日：火曜日 12:30~13:30

例会場：三条ロイヤルホテルTel34-8111

事務局：三条市本町3-5-25 三条ロイヤルホテル内

TEL 0256-35-7160 FAX 0256-35-7488

HP：http://www.sanjo-nrc.org

本日の行事：卓話

「毎日の運動で健康に！」

- ◆本日の出席：60名中30名
- ◆先々週の出席率：60名中46名 76.67%
(前年同期 75.38%)
- ◆5月の出席状況：会員数60名・例会数4回
平均出席率 81.66%
前年同月 84.10%
- ◆本日のゲスト：一般財団法人新潟健康増進財団
健康づくり課 主査 渡邊千鶴 様
- ◆先週のメイクアップ(敬称略)
5日 三条 RC 石川勝行、田中耕太郎
7日 吉田 RC 早川瀧雄、岡田 健
8日 巻 RC 30周年記念式典
坂内康男、早川瀧雄、星野義男
石黒隆夫、金子太一郎、小林繁男
大野新吉、渋谷義徳、高橋研一
外山裕一、松山浩仁

* 本日の配布書類等

- ・ロータリーの友6月号
- ・週報No.1550
- ・ガバナー月信6月号(閲覧)

各界で多くの人材が活躍しています。最後に2008年松下電器は大きなステップボードに立ちました。それは、90年続いた社名をパナソニック株式会社に変更することに決めたのである。松下電器が進めてきた「破壊と創造」の最終段階と言ってもいい、フェーズチェンジの先にはグローバルエクセレンス世界的優良企業としてのパナソニックが見据えられています。世界戦略へ向けてのフェーズチェンジに漫然と待っている時間はない、最近は特にそのスピードが勝敗を分ける要素と決断します。そして、この後平成元年94歳で旅立ちます。私の履歴書で仕事の面ではやるべきことはすべてやり尽くした。我ながらよくここまでやっていると頭をなでてやりたい気持ちです。終わります。第13話までご清聴ありがとうございました。

会長挨拶：高橋 研一 会長



皆さんこんにちは。本日6月11日(火)当年45回目。6月8日(土)巻ロータリークラブの創立30周年式典に当クラブ11名で参加して、心のこもったおもてなしを受けました。梅澤会長との会話の中、巻クラブはチャーターメンバー

38名で創立しましたが、20周年を迎える時には、正会員18名となっていたと話されました。会員皆が焦り、増強活動に奔走しましたが、良い結果に結びつかず、そのため梅澤会長は会長職を3回もされたそうです。会長ノミニの渡邊嘉彦さんから閉会の言葉がありました。会員増強は大変なこと、しかしこれから会員が増えない限り会の予算が立たず色々な支障が出てくるに違いない事、会員皆のクラブなので一人一人が本気に親身になるべきと言っておられました。

さて松下幸之助氏の第13話、お話しいたします。昭和45年75歳万国博。このころから体が弱ってきたことが自分でも感じられるようになり、どうもこれではいつまでも会長の職にいるわけにはいかんと思ひ、創業55周年の年80歳の時、退任を決断します。そしてその後、「崩れ行く日本をどう救うか」昭和55年9月85歳の時、私財70億円を投じて、財団法人松下政経塾を設立します。なお、第1期塾生の募集には全国から約900人が応募しましたが、3次にわたる厳正な審査の末に、20人余りの俊英が入塾しました。現在、幸之助氏の期待通りに卒塾生を中心に政界や教育界など

幹事報告：松山 浩仁 幹事

- ・米山梅吉記念館より「創立 50 周年記念式典開催」のご案内
日時：9月14日(土) 14:00 開式 会場：東レ総合研修センター(静岡県三島市)
- ・先週の「緑の募金」は7,520円集まりました。ご協力ありがとうございました。



委員会報告：親睦活動委員会 中原尚彦 委員長

今年度の会長幹事SAA慰労会をご案内致します。6月25日(火)18:30～魚長さんにて開催いたします。本来であれば次年度親睦委員会の松山委員長がご案内するところですが、松山委員長は今年度、御苦労様の方でいらっしゃいますので、今年度の委員長の私が2年連続で会長幹事SAA慰労会をやらせていただくことになりました。たぶん今年度は火事はないんじゃないかと思っておりますので、皆様の多数のご出席を賜りますようお願いいたします。



ロータリー財団ボックス：11日現在累計 293,000



落合 益夫君 BOXに協力。
渡辺 徹君 ”

米山奨学ボックス：11日現在累計1,343,000円



坂内 康男君 巻ロータリー30周年、楽しんでできました。
” 森先生に協力。(6/4分)
福岡 信行君 急用が入り、途中で退席させていただきます。
森 宏君 本日は、渡辺様の健康づくりのお話、楽しみにしておりました。

スマイルボックス：11日現在累計 958,000



石丸 進君 皆様、母の通夜の際は大変お世話に成りました。心より御礼申し上げます。初七日を終えたばかりでハーモニックさんのコンペで、準優勝してしまいました。さぞ母は怒ったことと思ひ、すぐ家に帰り仏壇に謝りました。
石川 友意君 健康増進財団 渡邊様の卓話に感謝して!!
星野 義男君 渡邊千鶴さんの卓話に感謝して!!
中原 尚彦君 渡邊千鶴様、本日の卓話よろしくお願ひします。
森 宏君 6/9は南魚沼グルメマラソン、ハーフを時間制限ギリギリで完走し、グルメを楽しんで来ました。
齋藤孝之輔君 久しぶりにSAA務めさせていただきます。
佐藤 義英君 BOXに協力!!
米山 忠俊君 ”

本日の行事：卓話

講師紹介：高橋研一 会長



新潟健康増進財団さんは私の会社が健康管理でお世話になっております。石山さんという方が担当をされていますが、何年か前にも当クラブの卓話にお招きしております。さっき松下幸之助氏が75歳で身体が弱ってきたということが「私の履歴書」には書いてありますが、私はまだ体調の悪さは感じておりませんが、体調管理に関しては不摂生で何もせず突然過激な運動をしたりと、体をいじめています。毎日の運動で健康維持できる方法を是非学んで、私と女房でいつまでも健康でいられるようチャレンジしたいと思います。渡邊千鶴さん、楽しみしておりましたので、よろしくお願ひいたします。



毎日の運動で健康に！

一般財団法人新潟健康増進財団 健康づくり課 主査 渡邊 千鶴 様

新潟健康増進財団で保健師をしております渡邊千鶴と申します。当財団は人間ドックや健康診断でお世話になっております新潟県労働衛生医学協会の関連団体で、主に人間ドックの予約やドックを受けていただいた後の事後フォローなど、健康づくりのお手伝いをさせて頂いております。私はドックの結果をみて、生活習慣のアドバイスや団体様や事業所様にお邪魔して、健康経営の一環として、健康講話で健康情報をお伝えする仕事をしています。今日はお配りしている資料を基に参加型の講話ということで、皆様に少し動いてもらいながら進めたいと思います。

【運動で健康になるワケとは？】

運動不足 → 体力や筋力が衰える* → 思うように体が動かなくなる・脳への刺激が減って認知症につながる

*かといって、急に激しい運動をすると転倒やケガをしてしまう恐れもある

*サルコペニア…筋肉量が減少し、筋力や身体機能が低下している状態

*フレイル…加齢に伴い身体の予備能力が低下し、健康障害を起こしやすくなった状態、いわゆる「虚弱」

◎ 運動で使っていない筋肉を動かし、筋肉や脳に刺激を与えたりすることで**血行改善や認知症予防も期待できる**

【毎日できるオススメ体操のご紹介】

○手首・足首ほぐし

手首や足首をまわしたり伸ばしたりしながらゆっくりとほぐす → 転倒予防に効果あり

○首ほぐし、肩上げ

首をゆっくり回す。肩をゆっくり上げてストンと下げる → 首周りの血行を促進し、肩こり解消に効果あり

○両手合わせ

両手を胸の前で合わせ、手の平に力を込めて押す(息を吐きながら) → 大胸筋を鍛えて代謝改善に効果的

○胸そらし

背中で腕を組み、胸を大きくゆっくりと後ろにそらす

→ 背中中の筋肉をほぐして肩こり予防

○つま先上げ、つま先握り

椅子に座った状態で足首を曲げてつま先を上にあげ、つま先をぎゅっと握る

→ 足首やつま先の筋肉を鍛えることで、歩く時にしっかりと足が踏ん張れるようになり、転倒予防になる

※急に行くと足がつってしまう可能性もあるので気を付けましょう

○アキレス腱のばし

片方の足を少し後ろに引き、膝を伸ばしてゆっくりと前足に体重をかけていく。

痛いと思う前のタイミングで止める

→ アキレス腱をほぐすことでケガの予防とバランス感覚を鍛えることができる

※手すりなどを持ちながらケガの無いように注意して行いましょう

○腹式呼吸

お腹を膨らませるように意識しながら鼻から大きく息を吸い、

膨らませたお腹をへこましながら口から長く息を吐く

→ 呼吸器や腹筋、背筋が鍛えられ、新陳代謝が活発になることで免疫機能アップにもつながる



○口腔体操：咀嚼・嚥下機能の維持を目的とした体操

「あ・い・う・え・お」の口の形をつくり、大きな声で発生する。10 秒間程度連続して発声する

→ 大きな声を出すことは呼吸器を鍛えてストレス発散になる

口を大きく動かすことで顔の筋肉も鍛えられ、表情が豊かになる



○指体操

両手の親指から小指まで一本ずつ数を数えながら折り曲げ、小指まで数えたら折り返す(3 回程度)

※曲げる指は 1 本ずつ。他の指が曲がらないように注意

→ 指を動かすことは脳へ大きな刺激を与え、認知症予防に最適



【運動を行う際にはケガに注意！】

どれも簡単な体操のに思えますが、新しい動きを覚えるのは意外と大変なものです。「動きを完璧に覚えよう」とか「はやく・たくさん行おう」などの焦りは禁物。ゆっくり少しずつで良いので毎日コツコツと続けることが大切です！

無理な動きを急に行うのはかえってケガの原因となってしまうため、自分の体の状態をしっかりと把握して、

できる動きとできない動きを見極めながら、楽しく運動を続けましょう。

また、運動を行う際には、水分を用意して脱水症状を予防する、手すりやイスなどを利用する、など安全面を考慮しましょう！

※引用・参考：ヴァンテージ・ヴィラ(神奈川県住宅供給公社の介護付有料老人ホーム)ブログより
当日資料より



職 業 奉 仕 委 員 会

柏崎刈羽原子力発電所についての 3/19 の東京電力資料についての質問と回答

羽賀 一真 職業奉仕委員長

昨年 11 月 20 日（火）の移動例会で東京電力柏崎刈羽原子力発電所の見学を致しました。それに続き、今年 3 月 19 日（火）には再度、東京電力の方々を通常例会にお招きし質疑応答をしましたが、原発そしてエネルギー問題という大きなテーマを扱った見学および質疑応答の委員会事業であったため、限られた例会時間の中だけでは、質疑応答の時間を十分に確保できませんでした。そこで、クラブ会員からの質問をまとめて、書面にて東京電力にお送りし回答をいただきましたので、この週報に掲載いたします。

ロータリーは個人の思想の自由は尊重されますが、団体としては中立を守るべきとされています。団体としては原発賛成も反対も声明は出せませんが、各個人は賛成でも反対でもその思想は尊重されます。

しかし、この切実なエネルギー問題に無関心が一番よくないだろうと考え、職業奉仕委員会として、今回の見学と質疑応答が問題提起のひとつのきっかけになればありがたいです。

改めまして、当クラブからの質問状に対し丁寧なご回答をお寄せいただいた東京電力様に感謝いたします。

Q 質問

1. 「福島事故の反省についてと新規規制基準の策定」について

1-1 「福島第一事故では、地震を検知して原子炉をとめることには成功」との記載がありますが、地震が起きた時に、制御棒を挿入して、原子炉をとめることは、東日本大震災で、福島第二も東北電力女川でも、やっています。それまでに、日本で起きたすべての地震にたいしても、全国各地の原子力発電所でも、行って来ています。

これは、初歩の初歩のことであり、当たり前のことであり、云わば、大地震の時に、電気・ガスの元栓を止める話であり、それを、成功などと言う言葉を使うこと自体、おかしいとしいとの指摘に対してご反論をお願いします。

A 回答

- ・原子炉は止める、冷やす、閉じ込める、の三つが成功することで、放射性物質の放出を防ぐことができます。
- ・福島第一原子力発電所事故では、三つのうちの冷やす、閉じ込める、に失敗したことから、大量の放射性物質の放出に至りました。冷やす、閉じ込める、の「失敗」に対し、止めるは「成功」という表現を用いているものです。

Q 質問

1-2 「津波という共通の要因のために、複数の機器・系統が同時に安全機能を喪失」との記載について。

これは、地震と津波が同時に起こったため、事故が起きたということをお願いしたいのでしょうか。つまり、地震で外部電源が失われ、津波で地下にあった自家発電装置が故障したということをお願いしたいのでしょうか。しかし、地震だけで、1号機は、すでに放射能漏れをおこし、津波がなくとも、暴走を始めていたことは、周知の事実です。その上、1号機の非常用炉心冷却系は、全く、働きませんでした。これは、国会事故調査委員会報告書でも指摘されています。つまり、これは、津波がなくとも、1号機は、欠陥商品だということを隠すために、このように記載しているのではないかとこの指摘に対するご反論をお願いします。

A 回答

- ・当社は事故時のプラントのデータ等から、配管等に破損は生じておらず、津波が到達するまでの間は順調に原子炉の冷却はできていたと評価をしています。
- ・一方、国会事故調査委員会報告書では、「1号機で漏えい面積が0.3cm²以下の小口径冷却材喪失事故が発生した可能性は否定できない」としているもので、破損したと確定しているものではありません。

なお、これに対して、

- ・政府事故調査委員会報告書では、「発生から津波到達までの間に、注水機能を喪失するような配管破断の可能性は認められない」としています。
- ・原子力規制委員会も「津波到達前までは、炉心の露出・損傷に至るような原子炉圧力容器からの冷却材の漏えいはなかった」としています。
- ・原子力学会の事故調査委員会においても、「地震によって原子炉冷却材喪失につながる格納容器内配管の損傷は起きていない」としています。

Q 質問

1-3 津波で、自家発電装置が動かなかったことが、2号機、3号機の事故につながりました。その最大の原因は、自家発電装置を地下に設置していたことです。もし、自家発電装置が地下ではなく、最上階にあったら、2号機3号機の悲惨な事態は、相当に軽減されていたものと思われ、悔やまれます。

そして、最大の問題点は、大津波が起きる可能性があると言われたにもかかわらず、何ら対策を取らなかった、取ろうとしなかったことです。

これが、現在、裁判になっている争点です。東電は「大津波は、想定外だった」と言っています。東電は、大津波の懸念が指摘された時、一旦、対策を検討しました。しかし、それを、当時のトップ(裁判被告人が)、検討を中止させたのです。その理由は、「対策を検討すること自体が、原発に対する安全性を危惧させることになる」ということでした。「原発の安全神話」を壊すとの発言

もあつたとマスコミに報道されています。

これは、単なる過失で済まされる話ではありません。法律用語で、「重過失」、乃至は、「未必の故意」に相当します。東電の3人は、当然、裁かれてしかるべきものだと指摘についてご反論ください。

A 回答

- ・福島第一原子力発電所事故に関わる当社元役員3名の刑事責任を問う訴訟が継続していることは承知しておりますが、刑事訴訟に関する事項については、回答は差し控えさせていただきます。
- ・当社としては、「福島復興」を原点に、原子力の損害賠償、廃止措置、除染に誠心誠意、全力を尽くすとともに、原子力発電所の安全性強化対策に取り組んでまいります。

Q 質問

1-4「その後のシビアアクシデントの進展を食い止めることが出来なかった。」との記載について。(シビアアクシデントに対するマネジメントの欠陥) これは、東京電力に著しく、欠けているものです。あの事故の推移をみれば、一目瞭然です。これについては、他の電力会社は、東京電力の状態を見て、すでに、「シビアアクシデントに対する指揮命令系統」を構築しています。しかしながら、東京電力は、今もって、それが欠けているとしか思われません。

何故、東電が、危機管理体制はこうですと説明しないのか、その理由として推測されるのは、危機管理体制の構築自体が、裁判にかけられている3人を有罪に導くから、必要だと思っても、あえてやらないのかもしれない。

泉田元知事がいっているように、「仮に原発が安全だとしても、東京電力には、原発を運営する資格が無い」ということでしょう。

この資料にある「新規制基準の策定」を、逐条で読んでみても、反省の跡が、全く読み取れません。

これらの指摘に対するご反論をお願いします。

A 回答

- ・福島第一原子力発電所事故では、現場が混乱し、迅速・的確な意思決定ができませんでした。これを反省し、事故対応時に迅速・的確な意思決定が図られるよう、米国などの緊急時対応体制である、ICS（災害時現場指揮システム）の考え方を導入しました。（ICS：一人の監督者が管理する人数を最大7名以下に制限すると共に、役割分担を明確化して決定権を現場責任者に与え、指揮命令系統を明確化したシステム）
- ・柏崎刈羽原子力発電所では、月に1回、過酷な状況を想定し、多様なシナリオによる訓練を継続的に実施し、技術的能力の向上を図っています。また、年に1回、原子力規制庁による評価を受け、評価結果をもとに改善を図っています。
- ・また、事故当時、復旧作業に必要な重機などを発電所内に配備しておらず、また、社員が操作を行うことができなかったため、様々な支援を受けて対応せざるをえませんでした。その反省から、重機や消防車、電源車などをあらかじめ配備し、社員が運転技術を習得し、様々な訓練を重ね、緊急時対応力の強化に努めています。

Q 質問

2. 「新規制基準」について

テロ対策・新設・意図的な航空機衝突への対応

⇒テロなんて、ワンパターンではないです。たとえば、東電の内部者が、意図的に原発事故を計画したら、どういう対応をとるおつもりでしょうか？

A 回答

- ・発電用原子炉施設の更なる安全向上のために必須である、特定重大事故等対応施設の早期完成に向け、最大限の努力をしております。
- ・具体的な内容については、航空機衝突等のテロ想定施設に関するものであるため、回答は差し控えさせていただきます。

Q 質問

3. 「詳細設計と併行についてして対策工事を進めています」

幾ら、対策工事をすすめても、それで安心はできません。

もし、福島事故を参考にするなら、住宅や家電などのように、演習をやってみせればよいと思います。

地震だけで、パイプは破損して、格納容器内が高圧になっている事例が目前にあったのだから、燃料棒を入れなくて、人為的に、パイプを破損させ、内部を高圧にして、原子炉内に注水できるかどうか(当然ながら、電力配線も破断されている)をやってみせなければ、作文だけでは、信用できません。この指摘に対するご意見をお願いします。

A 回答

- ・福島第一原子力発電所事故では、地震により原子炉が停止し、外部電源を喪失しましたが、非常用ディーゼル発電機が起動し、その電気をを用いて、原子炉に注水を行う事ができていました。
- ・その後、津波により非常用ディーゼル発電機や電源盤が被水・損傷したために原子炉への注水を継続することができなくなったために、その結果、大量の放射性物質を放出する事故に拡大したものです。
- ・そのため、柏崎刈羽原子力発電所では非常用ディーゼル発電機が使用できなくなった場合でも電源を確保する対策、さらに電源が無くなった場合でも原子炉への注水を可能にするための対策を講じています。

Q 質問

4. 使用済燃料の処分の方法について

「安定した地層（岩盤）に埋設する」とありますが、どこに埋設するのでしょうか？

埋設する場所がないのに原発を稼働させるのはいかなのでしょうか？埋設する場所を決めてから稼働させたらどうかとの意見に対してお答えください。

A 回答

- ・私ども電気事業者（当社）にとって大切なことは、お客さまに低廉で安定的かつ CO2 の少ない電気をお届けすることであり、安全最優先、かつ地元のご理解を大前提に、原子力発電（柏崎刈羽原子力発電所の再稼働）は必要と考えております。
- ・また、高レベル放射性廃棄物の処分については、国の計画に基づき、まずは処分地選定に向けた取り組みを進めていくことが重要と認識しております。
- ・私ども電気事業者（当社）としても、廃棄物の発生者として、原子力発電環境整備機構（NUMO）に対する人的及び技術的支援を行うとともに、国やNUMOと連携を図りながら、最終処分に関する理解活動に取り組んでまいります。

Q 質問

5. その他の質問

5-1 原発事故を想定して、東海原発はじめ、各地で地域住民が避難訓練を行っていますが、肝心の東京電力柏崎原子力発電所内では、どんな訓練を行っているのでしょうか。

A 回答

- ・福島第一原子力発電所事故では、現場が混乱し、迅速・的確な意思決定ができなかったことを踏まえ、事故対応時に迅速・的確な意志決定が図られるよう、米国などの緊急時対応体制である、ICS（災害時現場指揮システム）の考え方を導入しました。
（ICS：一人の監督者が管理する人数を最大7名以下に制限すると共に、役割分担を明確化して決定権を現場責任者に与え、指揮命令系統を明確化したシステム）
- ・柏崎刈羽原子力発電所では、月に1回、過酷な状況を想定し、多様なシナリオによる訓練を継続的に実施し、技術的能力の向上を図っています。また、年に1回、原子力規制庁による評価を受け、評価結果をもとに改善を図っています。
- ・電源車や消防車といった非常時に使用する設備についても、担当する所員が定期的に操作訓練を行い、力量の向上に努めています。

- ・住民の避難計画については、法令上は原子力災害対策区域に設定された自治体に策定が義務付けられているものですが、当社としても、万一の事故時に住民の皆さまの安全を確保するため、避難について最大限の支援を行います。
- ・そのために、発電所近隣自治体の避難活動を支援するために防災や避難支援業務を専門とする社員を柏崎市内に常駐させ、要請に応じた支援を行える体制を整えると共に、更なる体制の拡充を検討しています。

Q 質問

5-2 現在の柏崎原子力発電所は、例え、稼働はしていなくても、大量の放射能物質を抱えています。大地震やテロ対策等、それらに対する危機管理体制は、どうなっているのでしょうか。

A 回答

- ・原子炉が運転中、停止中にかかわらず使用済燃料の冷却を継続する必要があることから、燃料の冷却に必要な設備については、定期的に試験運転を行い、起動状態に異常が無いことを確認しています。
- ・大きな地震や津波、外部電源の喪失のような事態が発生した場合には、状況に応じて緊急事態体制を発令して要員を招集・確保すると共に、対応に当たることとしています。
- ・テロ対策の体制については、核物質防護の観点から回答は控えさせていただきます。

Q 質問

5-3 柏崎刈羽の地盤は原発設置のいは全く適さない、豆腐のように弱い地盤だとの指摘がありますが、東電さんはどのようにお考えでしょうか？

A 回答

- ・原子炉建屋が設置されている岩盤は数多くのボーリング、地盤調査等を行い十分な強度を持った岩盤であることを確認しています。
- ・その調査結果に基づき、原子力規制委員会に設置変更許可申請を行い、2017年12月に許可を受けています。
- ・また、建物以外の重要な設備についても、この岩盤に支持されるように杭を打ち、杭が地震時に変形しないように必要に応じて地盤改良を行うこととしています。

Q 質問

5-4 福島原発は未だ終息できずに、放射能が漏れ続けています。燃料棒スラグが回収できていません。つまり、火災の跡地が未だ、くすぶり続けている状態です。福島を完全に収束させることが出来ないままで、柏崎刈羽原発を稼働させようとするのは全く筋が通らないという意見にご反論願います。

A 回答

- ・福島第一原子力電所の事故により、今もなお、大変多くの皆さまに、ご迷惑とご心配をおかけしておりますことを、あらためまして心よりお詫び申し上げます。
- ・福島原子力事故への対応こそが東京電力の原点であり、賠償、廃炉、福島復興への責任を果たすために存続を許されたものと理解しています。
- ・そのためには、当社の経営を安定させるとともに、国のエネルギーセキュリティ、さらにはCO2対策の観点からも柏崎刈羽原子力発電所の再稼働は必要であると考えています。
- ・しかしながら、再稼働にあたっては、安全最優先、かつ県民の皆さまのご理解が大前提であると考えています。

以上