



東京上野ロータリークラブ

2025～2026 年度会長方針 『ロータリーの基本を見つめ奉仕活動を通じて地域社会に貢献しよう』

よいことの
ために
手を取りあおう

会長/渡邊恭司 幹事/根本裕司 SAA/杉本達哉 クラブ運営委員長/相澤一郎
例会 毎週月曜日 12:30 上野精養軒 TEL03-3821-2181
事務局 〒110-0008 台東区池之端 3-2-2 メゾン池之端 302 橋本登美子

TEL03-5814-2491 FAX03-5814-2490 e-mail office@tokyo-ueno-rc.com

地域社会の経済発展、米山月間

1786回 10月6日

No.1776

前回の例会報告

9/29(月)18:00～夜間例会
@上野精養軒 3F 桐の間

■出席報告 (会員 51名内出席免除 10名)

会員数	出席者	出席率	9月8日修正出席率
(51)47	36	76.60%	90.91%

ロータリーソング 「それでこそロータリー」

クラブソング 「めぐる友愛 秋」

ソングリーダー 相澤会員



「4つのテスト」唱和

地区内来訪者

宝仙学園 IAC 顧問 渋谷牧人先生

東京上野 RAC 坂口穣さん 坂口恵里さん 岩田フレ

ス興治さん

米山奨学生 ホアン・アンティマイさん

渡邊会長 挨拶



皆さんこんばんは。9/23
に青少年交換第 59 期派
遣学生帰国報告会と帰
国学生・来日学生・派遣
予定学生合同歓迎会が
行われました。上野 RC
からはファンファンのカウ
ンセラーの宇木さん、ファーストホストファミリーの小林

さんご夫妻、新保さんご夫妻、三輪さんの奥様と青少年交換学生のファンファンと第 61 期派遣学生として来夏から派遣予定の上野 RC 八巻さんがカウンセラーとしてサポートすることになった宝仙学園 IAC の横田真楢乃さんと私が参加しました。帰国報告会では 9 名の帰国学生が派遣先での一年間の体験を自信たっぷりに報告するのを聞いて、一年間で非常に良い経験を積み、もの凄い成長をとげたのを目の当たりに出来たとても感動的な報告会でした。ファンファンと横田真楢乃さんにも派遣期間中、良い体験が出来るようしっかりとサポートをしてあげたいと思います。合同歓迎会の方には私は出られなかったのですが、ファンファンが日本語でとてもしっかりと挨拶をしたとの事で、日本語もだいぶ上達してきたようです。

10/30 に今年度1回目のグルメの会を新橋の第一ホテル東京「鉄板焼 一徹」を貸し切りにして行います。第一ホテル東京は私の会社の取引先で当日はお値段以上の特上の和牛を用意させて頂きます。40 名程は入れますので、ご家族をお誘いあわせの上、大勢のご参加をお願い致します。

また、11/11～12、1泊2日で淡路島・徳島方面への親睦旅行が開催されます。初日は淡路島の日本最古の神社、伊弉諾神宮で正式参拝をして淡路島の温泉に宿泊し、翌日は大塚美術館や鳴門の渦潮を見学する予定になっています。こちらの方もご家族含め是非とも大勢のご参加をお願い致します。

11/10 にオープン例会が開催されます。卓話の講師は昨年 10 月のオープン例会にお呼びした NPO 法人フューチャーコード代表理事の大類隼人先生にお願いしています。今年度の会員増強目標は 8 名としておりますので、会員お一人お一人が知り合いの方に積極的

に声をかけて頂き、出来るだけ多くの新入会員候補者に参加して頂けるようご協力をお願い致します。

東京上野 RAC 上半期活動費 贈呈



坂口穰会員(高会長の代理)



宝仙学園 IAC 活動費 贈呈



顧問 渋谷先生



幹事報告

他クラブ関係 例会変更は掲示板をご覧下さい。

委員会報告

古藤青少年奉仕委員長



10/18・19 宝仙学園文化祭のバザーで IAC 古本販売を行います。皆様には古本のご提供のお願いをしております。来週の例会が締切となりますので、ご協力いた

だける方は忘れないようにお持ち頂けると幸いです。よろしくお願ひ致します。

相澤クラブ運営委員長



クラブ運営委員会からのお知らせです。会長からもお話がありましたが来る11/10にオープン例会を開催いたします。クラブの喫緊の課題でもある会員増強のツールとして、新規会員候補の例会への出席を促して下さい。本日メールボックスにお配りしていますフライヤーをご確認下さい。また、メールでもお送りしますので、よろしくお願ひします。

結婚記念日 9/29 定方会員

お誕生日 10/2 安藤会員

30秒スピーチ 安藤会員



明後日の10/2で46歳の誕生日を迎えます。46歳というともうすぐ50歳になるんだなあと先が見えてきますが、ロータリーメンバーの中ではまだまだ若い方なのかと思います。入会して丸2年が経ちますが、沢山の催しに参加させていただき、多くの素敵な出会いがありました。今期は副幹事のお役をいただき私に務まるかどうか不安な点もありますが、皆様の支えになれるよう取り組ませていただければと思います。引き続きよろしくお願ひいたします。本日はお祝いありがとうございます。

ニコニコ

渡邊会長 ☆+10/30の美食会には、特上のお肉を提供いたしますので大勢のご参加をお願い致します。

押見会員 先日の父の葬儀には大勢の方々にご参列賜りましてありがとうございました。

☆大谷翔平君、自己新記録更新の55号ホームランおめでとうございます。これでMVP間違いなしですね。

尾中会員、高野会員、中島会員、永井会員、

種子田会員、富坂和弥会員、小林会員

鳩山会員 ☆+先日は結婚記念日に素敵なお花をいただきました。ありがとうございました。

(本日の合計 65,000円)

(本日までの累計 882,000円)

長岡地区拡大増強委員長



10/30に開催される「グルメの会」。皆さんには、ぜひ新入会員候補の方もお誘い下さい。楽しい催しを通じて、「こういう活動をしているロータリークラブなんだな」と感じてもらえる良い機会になると思います。その後11/10にオープン例会もありますので、両方に来ていただければ非常に効果的です。何卒、よろしくお願ひ致します。

押見会員



先日の父の葬儀には大勢の方々にご参列賜りましてありがとうございました。

懇親会

司会 根本幹事



向井副会長 乾杯



今晚は。渡邊年度も皆様のお陰をもちまして、無事ガバナー訪問も終え3ヶ月が経ちました。これからも親睦旅行、グルメの会と楽しい企画が目白押しです。皆様のお力添えを得て渡邊会長、根本幹事を盛り上げていただくことをお願いして、そして皆様のご健勝をお祈り申し上げ、乾杯とさせていただきます。それではご唱和願います。乾杯！ありがとうございました。

東京上野 RAC 活動報告

報告者 坂口穰会員



2025.09.29

東京上野 ローターアクト クラブ 活動報告



昨年度最終例会（宝仙学園×STI）の様子



Quiz. 上野RA

A. 6年目

C. 8年目

C. 8年目



間もなく10周年

皆様の式典へのご参加
お待ちしております！

今年度幹部



会長
高木未佳
会計
坂口穰 (ジョウ)



幹事
浅倉しいな
幹事
坂口恵里

《会員》

吉崎智紀
岩田興治
青木允輝
園部真理
杉村友菜
プラウリオ・アルバレス
渡邊莉央奈
鄭曉麗
浜口実弓

会員数

13人
(会員含む)

活動場所

上野・根津

ローターアクトのスローガン

Fellowship through Service.

奉仕を通じた親睦

ローターアクトの目的

18歳以上の若者（学生・社会人）



社会奉仕・国際奉仕を通じた行動・実践



職業的ネットワークを広げ、
ロータリーのコミュニティと結びつく



スキル（専門能力・知識）の養成
ロータリーの奉仕の理念を認識



2025-2026年度 2580地区コンセプト

BEYOND BORDER

9月6日 アクトの日「合同ラーニング」

- 5870地区（埼玉西北）
- 2580地区（東京北部・沖縄）
- 2850地区（東京南部・パシフィックペイズン）
- 2770地区（埼玉南東）
- 2790地区（千葉）



2025-2026年度 東京上野RAC ターゲット



- ①開かれた心で変化をいとわず、“社会と人の架け橋”になるクラブ
- ②地域・世代・背景を越えた人との関係を育て、“持続可能で共に歩める社会”的一端を担う
- ③昨年度の活動と人々との繋がりを、“さらに育て、共有”していく。
そして新しい活動へ引き継ぐ。

2025-2026年度 東京上野RAC ターゲット

SHARE



GROW

- RC
- IAC
- RX
- 他クラブ
- てらこやあ

1. 地域奉仕
2. 国際奉仕
3. 文化学習
4. 世代、国を超えた交流

Quiz. ○○屋 ... これの名称は？



“てらこやあ”

上野RACの代表的な
活動です

てらこやあ 活動方針

再定義しました：

- 目的：「なぜこの活動をするのか？」
- 意義：「この活動がもたらす提供価値は何か？」
- ゴール：「何をどれだけ達成するのか？」具体的な到達点と道筋の思考

ビジョン（状態目標）

- 子どもたちにとって、家庭と学校以外の第三の居場所となる
- 他クラブ、RC、地域の方々に対して、上野RACの名刺コンテンツとなる
- 地域と繋がったコミュニティとなることで、
子どもたちにとって第三の居場所となり、可能性を広げてもらう
- 大人とコミュニケーションを通して社会性や
コミュニケーション力を身につける
- 子供たちが社会とつながる場を提供する

例会紹介

【8月】てらこやあ 夏の自由研究企画

「職業体験！根津の街ブラ撮影」



Quiz. 今年度の注力活動はどれ？

- A. 組織体制 B. ロータリー連携
C. 地区連携 D. 新メンバー増強

ABCD. すべて

少しづつご説明します

2025-2026年度 東京上野RAC ターゲット

今行っている活動を継続するためには…

クラブ体制の強化

- ①人が変わっても続く仕組み
- ②ビジョンの共有
- ③地区やRCとの連携
- ④メンバー増強

ローターアクトの抱える問題

脆弱な会員基盤

- ・学生は就職や進学
- ・社会人は転勤や転職、結婚や出産などの時期



会員の入れ替わりが激しい

ローターアクトの抱える問題

新規会員の獲得の難しさ

18~30歳という長年続いた年齢区分

まだまだ社会基盤を形成途中の

学生・社会人が多い年代では

社会奉仕に時間を割きたいという人が多くない…

ローターアクトの抱える問題

活動の限界

- ・RIの正式な加盟クラブとなった
- 様々な活動をRAC単体で自発的に行えるが、
RACだけでの活動にはやはり限度がある

ローターアクトの抱える問題

脆弱な会員基盤

活動の限界

新規会員の獲得の難しさ

会員増強・定着のための仕組み化

会員増強のための取り組み

①会員からのビジターの紹介

- ・RACの例会はゲストが参加しやすい
- ボランティアや同世代との交流に興味のある人を継続的に招待



②SNSやポータルの活用

- ・若い団体ならではのSNSは必要
(Facebook・Instagram)
- ・ボランティアのポータルサイト
(Activo) の活用
- 紹介でなくとも新規会員獲得へ

■9/28 新メンバー入会！■

例会紹介

【7月】高会長所信表明

新しい1年の始まりです！



例会紹介

【8月】黒門小学校 盆踊り大会



例会紹介

【8月】ビジョン合宿例会

シーボニアBBQ例会にも参加させていただきました！



中郷さんの月光ハウスをお借りしました♪

年間計画の作成

例会の質を高めるため、期初に今年度の活動方針・年間スケジュールを協議しました。

	例会【1】マスト	例会【2】	その他(会員)	てらこやま(会員)
7月	新会員所信表明	—	高会長説明	てらこやま 吉崎・真理
8月	てらこやまハイトントレーニング～子供たちと会員千葉郡	—	—	季節イベント～夏休みか～子供たちと会員千葉郡
9月	会員登録	自治会議 (R2シーボニア)	吉崎	吉崎・高
企画会員	会員登録	吉崎	吉崎	吉崎
企画会員	リラックス	吉崎	吉崎	吉崎
企画会員	リラックス (R2) + 書道でされば	新米講座「Q&Q」	IAC文化祭 (10/13-18)	吉崎・真理
企画会員	吉崎・高	吉崎	吉崎	吉崎
10月	会員登録	吉崎	吉崎	吉崎
企画会員	吉崎・高	吉崎	吉崎	吉崎
11月	上野・浅草・中野の慈善医院	季節・イベント②～●～紅葉とSTT	地区ボリオ資金	季節・イベント②～●～紅葉とSTT
企画会員	吉崎・高	吉崎	吉崎	吉崎
12月	STT (北沢・豊島・練馬)	フランクリン会 (吉崎) 演題? 講演? 形式自由	R2クリスマス例会	てらこやま 吉崎
企画会員	吉崎	吉崎	吉崎	吉崎
1月	(R2) 例会マーフィー	アートセミナー	吉崎	吉崎
企画会員	吉崎・吉崎	アートセミナー	吉崎	吉崎
2月	吉崎・吉崎 (いよいよマディス) / 想議会	美型・ワース	吉崎	吉崎
企画会員	吉崎・吉崎	吉崎	吉崎	吉崎
3月	吉崎 (外国人)	吉崎	吉崎	吉崎
企画会員	吉崎	吉崎	吉崎	吉崎
4月	(R2) お祭りと上野公園南庭 (2部構成でR2)	季節・イベント③～春めきから～つづり	上野RC財團基金	吉崎・吉崎
企画会員	吉崎	吉崎	吉崎	吉崎
5月	リラックス・しない	下谷祭り開催 (6/9-11 25周年)	吉崎	吉崎
企画会員	吉崎・吉	吉崎	吉崎	吉崎
6月	女子ハウス	R2最終希望例会	吉崎	吉崎・吉崎
企画会員	吉・吉	吉崎	吉崎	吉崎

例会紹介

【9月】藝大例会2025

留学生×RC×子供×地区×ビジャーで感性を磨いてきました



サンクスレター配信の開始

例会の内容・写真と、ご参加・ご協力いただいた方へ御礼メッセージを配信する取り組みを開始しました。私たちの活動を身近に感じていただければ幸いです。



Quiz. 何の数字？

3 / 10

※3月10日ではありません

上野ロータリアンの皆様経由の
RAC入会メンバー数（3人）

宝仙学園 IAC 活動報告

Hosen Gakuen IAC

宝仙学園 インタークトクラブ

年次活動報告

宝仙学園中学高等学校 中高共学部理数インター／高等学校女子部



創立97周年(共学としては19年目)
全校生徒:約1400名
所在地:東京都中野区中央
最寄駅:
丸の内線/都営大江戸線「中野坂上駅」



11月以降の予定

(皆様にお越しいただきたい例会一覧)

【11月】浅草中央RAC 合同例会、てらこやあ季節イベント②

【12月】STT（サウンドテーブルテニス）、ブラウリオ例会（BALLET）

【1月】防災関連（マップ作り）、国際交流（卓話）

【2月】RC卓話（佐谷さん沖）、てらこやあ季節イベント③

【3月】防災関連（防災訓練）、

【4月】IAC×RC×花見 × 上野清掃

【5月】緑化活動 etc.

RCのイベントにも積極的に

参加参画させていただきます！

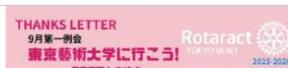
月	日付	会場(会員)	テーマ(会員)
1月	1月10日	RC会員	RC会員による会員とのマップ作り
2月	2月10日	RC会員	RC会員による会員とのマップ作り
3月	3月10日	RC会員	RC会員による会員とのマップ作り
4月	4月10日	RC会員	RC会員による会員とのマップ作り
5月	5月10日	RC会員	RC会員による会員とのマップ作り
6月	6月10日	RC会員	RC会員による会員とのマップ作り
7月	7月10日	RC会員	RC会員による会員とのマップ作り
8月	8月10日	RC会員	RC会員による会員とのマップ作り
9月	9月10日	RC会員	RC会員による会員とのマップ作り
10月	10月10日	RC会員	RC会員による会員とのマップ作り
11月	11月10日	RC会員	RC会員による会員とのマップ作り
12月	12月10日	RC会員	RC会員による会員とのマップ作り

10月の予定

RC担当幹事 坂口 恵里より必ずご連絡いたします。

ぜひご参加ください！

- IAC宝仙学園文化祭（10/18-19）
- てらこやあ（学習支援）
- 新会員イニシエーションスピーチ 沖



フォロー
よろしくお願いします



@RAC_TOKYOUENO



2024年 9月7日 「認定授与式」



東京上野ロータリークラブ様からの提唱を受けて、宝仙学園インタークトクラブとして正式に認定を頂きました。

心温まる盛大な式典ありがとうございました。

2024年 10月19・20日 「宝仙祭」



文化祭では、顧問の渋谷先生をデザインのモチーフにした部活Tシャツで接客を頑張りました！事前の調べ学習では現在世界が抱える問題について深く知れたと思います。ローターアクトの方々にも来ていただきボリオワクチンの募金をたくさんしていただきました！



2024年10月24日「中国高校生 日本語作文コンクール受賞者との交流会」



この交流会では、中国の高校生と互いの国ものを見せ合ったり、校内で行われていた部活動で中国の高校生たちと見て回ったり、実際に一緒に部活動体験をしてみたりしました！

体験したものの中にはバレーがあり、アニメの影響で部活動としてやってみたかったそうで、とても楽しそうだったのが印象的でした。



2024年 11月17日 「ビーチクリーン」活動



鎌倉の由比ヶ浜で海岸の清掃活動をローターアクトの皆さんと一緒に行いました。一見綺麗に見えてもいざ掃除するとなると沢山のゴミがあり、綺麗になっていく様子を見られたのが嬉しかったです！



年間定期活動 「校内・校外清掃」



毎年度末、高校と中学校舎の下駄箱の上の清掃や、直近では、学校付近の地域のゴミ拾いを行いました。周りが綺麗になると心も綺麗になる気がしてきます！



定期活動 「校内ペットボトルキャップ回収」

ペットボトルキャップの回収は2ヶ月に一度のペースで実施しています。

回収後はスーパーの「サミット」まで運搬します。サミットではペットボトルキャップを回収業者に売却し、ワクチン募金等に寄付します。



2025年 1月19日 「上野ローターアクトとの合同例会」



上野RAの皆さんとの合同例会は何度か開催していますが、主に視覚障害について学び合います。この日は目隠しをして街を回りました。最初はどうすれば良いかわからなかったのですが、だんだんと案内する方も目隠しをしている人も慣れてきて視覚障害の大変さと支援の方法や大切さを知りました。



2025年 3月30日 「ポリオワクチンへの募金活動」



上野公園でポリオワクチンへの募金活動を行いました！！募金額は16万円超えました。沢山の方が協力してください、あたたかい気持ちでいっぱいです。海外の観光客も募金してくれたり、そのなかにはロータリアンもいて、募金と共に温かいことばをいただけることができ、ロータリークラブの国際的なつながりを感じました。

2025年 6月14日 上野RAとの合同例会



上野RAの皆さんとサウンド・テーブル・テニス(STT)体験会を行いました。



目隠しをして音の鳴るピンポン玉を卓球として行うのですが、音だけの世界に慣れるまで大変で、空振りの連続でしたし、力加減がわからなかったりと難しかったです。でもとても楽しいスポーツで、みんな結構ハマってしまい、ギリギリまで粘って競技していました。

ぜひこの体験を多くのひとにも共有したいと思います。

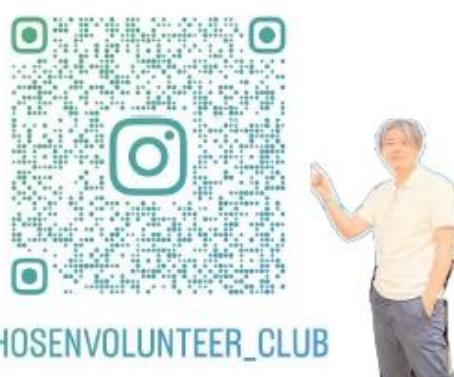
8月5日 インター アクト年次大会@安田学園



今後の活動予定

- ・10月18、19日の文化祭(宝仙祭)に向けて
ポリオワクチン募金、STT体験コーナー作成、古本バザー募金などの準備。
- ・11月～12月 鎌倉ビーチクリーン活動
- ・12月13日(土) 例会 卓話「生田流箏奏者:澤村祐司さんをお招きして」
- ・ペットボトルキャップ回収・地域清掃活動は定期的に継続
- ・冬 赤い羽根募金活動(校内実施)

ご清聴ありがとうございました！



報告者 顧問 渋谷牧人先生



佐谷会長エレクト 中締め



本日は、夜間例会にご参加いただきありがとうございました。RAC 坂口さん、IAC 渋谷先生からも活動報告をいただき、両クラブのこれまでの取り組みはもちろん、今後の方針やさらに力を入れていく内容などとても分かりやすく丁寧にご説明いただき、大変勉強になりました。我々東京上野 RC も今後どのように関わっていくか考える良いきっかけになったことだと思います。短いお時間でお名残り惜しいのですが、東京上野 RC、東京上野 RAC、宝仙学園 IAC の益々の発展とお先に帰られてしまいました高野さんが 1 日でも早く歩けるようになりますことを祈念し、中締めとさせて頂きます。



本日の例会

10/6(月)12:30～例会@上野精養軒

イニシエーションスピーチ 橋本高明会員
長岡地区拡大増強委員長「衛星クラブについて」

次回の例会

10/13(月) スポーツの日 祝日休会

10/20(月)例会@上野精養軒
中国高校生日本語作文コンクール最優秀者来会

今後の例会予定やイベント案内

10/30(木) 18:00～ グルメの会

第一ホテル東京 鉄板焼 一徹

11/10(月)12:30～13:45

オープン例会 @上野精養軒 3F 桐の間

特別卓話 NPO 法人 Future Code

代表理事 大類 隼人 様