



2025.2.13 (木)
第30回例会
(通算3792回)

2024-2025年度 釧路ロータリークラブ会報

会長スローガン「地域を愛し、未来を語る ロータリーの輪を広げましょう」

第86代会長 高橋 直人
副会長 吉田 英一
幹事 東堂 光春
編集責任者 クラブ会報・雑誌委員会

例会日 毎週木曜日 12:30～13:30 夜間例会 18:00
例会場 釧路センチュリーキャッスルホテル
事務局 釧路市錦町5-3 ミツ輪ビル2F
 0154-24-0860  0154-24-0411

2024-2025年度
国際ロータリーテーマ



2024-2025年度
R1会長 ステファニー A. アーチック
第2500地区ガバナー
小谷 典之 (帯広西 RC)

本日のプログラム 市長講和「これからの市政について」(プログラム委員会)

次週例会 講師例会「地域の可能性を醸す 鶴居村発“ブルースリーノット”の挑戦」(プログラム委員会)

- ロータリーソング：奉仕の理想
- ソングリーダー：浅川 正紳君
- 会員数 104名
- ビジター
- ゲスト 釧路市長 鶴間 秀典様

会長の時間 高橋 直人会長



皆さま、こんにちは。明日はバレンタインデーですね。毎年、孫からもらえるチョコレートを楽しみにしています。今年は手作りということ

とで、いつもより楽しみです。

そこで今日は、巷ではやっている「高カカオチョコレート」についての話をしたいと思います。

高カカオチョコレートとは、名前のおおカカオの含有量が多いチョコレートのことです。明確な定義はないものの、一般的にカカオ含有量が70パーセント以上あれば、高カカオチョコレートとされています。

従来、チョコレートは30～50パーセントのカカオ含有量が一般的であり、他に砂糖や乳製品を混ぜることによって甘みを出し、食べやすいようにしています。しかし、カカオ含有量を増やした分、砂糖や乳製品が減るため必然的に甘みが少なくなるのが特徴です。

食べてみましたがあまり美味しい物ではありません。ですが、高カカオチョコレートで得られる健康効果はたくさんあるようです。主に、成長作用、肌トラブルの改善、リラックス作用の3つが挙げられます。これはカカオに含まれた成分であり、カカオポリフェノール、カカオプロテイン、テオブロミンがもたらす作用であり、カカオ含有量が多ければその分得られる健康効果

も高まります。そのため健康に良いと考えられています。カカオポリフェノールは体内に長くとどまらない性質があるとされているため、毎日摂取すると良いと言われています。

従来のチョコレートと比べて低糖質でダイエット中の方にもお勧めです。ダイエットに取り入れるのなら食前に少量を摂取するのが効果的なようです。その訳は、満腹感を得やすく、食事の過剰摂取を防ぐためです。例えば、食事30分前に高カカオチョコレートを20グラムほど食べると自然に食欲を抑えられるということです。私も始めてみたいです。

また、ポリフェノールが豊富で代謝を促進し、脂肪の蓄積を防ぐ効果も期待できます。ダイエット中の間食として取り入れるのもお勧めです。高カカオチョコレートの特徴を生かし食前や食間に少量を取り入れることで無理なくダイエットが進められます。

バレンタインに高カカオチョコレートのような甘みがない物が渡されることはないかと思いますが、これからは生活に高カカオチョコレートを取り入れるのも健康維持のために良いかもしれません。

以上をもちまして本日の会長挨拶とします。今日も楽しい例会にしましょう。

ありがとうございました。

幹事報告 東堂 光春幹事

皆さん、こんにちは。第8回理事会の議事録が出来上がりましたのでホワイトボードに張ってありますので、後ほどご確認ください。

幹事報告は以上です。

■本日のプログラム■
市長講和「これからの市政について」

プログラム委員会 瀧波 大亮委員長



皆さま、こんにちは。プログラム委員会の瀧波です。本日は公務が多忙のところ、鶴間市長より講演いただくことになりました。釧路ロータリークラブでは初の市長講話になりますが、市長本人も今日の機会をととても楽しみにしていたということです。皆様どうぞよろしくお願ひいたします。それでは鶴間市長、よろしくお願ひいたします。

皆さま、こんにちは。プログラム委員会の瀧波です。本日は公務が多忙のところ、鶴間市長より講演いただくことになりました。釧路ロータリークラブでは初の市長講話になりますが、市長本人も今日の機会をととても楽しみにしていたということです。皆様どうぞよろしくお願ひいたします。それでは鶴間市長、よろしくお願ひいたします。

釧路市長 鶴間 秀典様



皆さま、本日は釧路ロータリークラブの例会にお招きいただきまして、本当にありがとうございます。ご紹介していただきました釧路市長の鶴間秀典でございます。こうして皆さまに講話をさせていただくのは市長になってから初めての経験です。今まで申し込みをいただいていたのですけれども、なかなか時間が取れずにここまでできました。今日はJ Cだったころの先輩方とか、一緒にやっていただいた皆さまとか、経済でいろいろ交流がある皆さま、なにかアットホームな雰囲気を感じております。私は、釧路市長になりましたけれども、相変わらず鶴間でございますので、肩の力を抜いて聞いていただければありがたいと思いますので、よろしくお願ひします。最近、話題になっております太陽光発電の条例についてご説明させていただきます。少し見づらいののですけれども、ポイントを6つ挙げさせていただきます。

皆さま、本日は釧路ロータリークラブの例会にお招きいただきまして、本当にありがとうございます。ご紹介していただきました釧路市長の鶴間秀典でございます。こうして皆さまに講話をさせていただくのは市長になってから初めての経験です。今まで申し込みをいただいていたのですけれども、なかなか時間が取れずにここまでできました。今日はJ Cだったころの先輩方とか、一緒にやっていただいた皆さまとか、経済でいろいろ交流がある皆さま、なにかアットホームな雰囲気を感じております。私は、釧路市長になりましたけれども、相変わらず鶴間でございますので、肩の力を抜いて聞いていただければありがたいと思いますので、よろしくお願ひします。最近、話題になっております太陽光発電の条例についてご説明させていただきます。少し見づらいののですけれども、ポイントを6つ挙げさせていただきます。

市内全域に許可制を取り入れる、関係法令を参考に禁止区域を指定、市街化調整区域に相当する区域を特別保全区域として指定する、廃棄等費用の積み立てを義務化、廃棄の時の費用を先に積み立てる、損害賠償保険の加入、火災とかがあったときに賠償金が出る、許可申請にあたり手数料を設定、有料で申請を受け取る、ということを考えております。

禁止区域は今までどおりなのです。国立公園とかは作ってはいけない地域なので、禁止区域は別に指定してもいいのですけれども、市街化調整区域に相当する区

域を特別保全区域として守りたい区域に指定し、専門家の意見を聴取する仕組みにしたいと考えています。全国的には、あまりやっていなくて、もしかしたら訴訟になる可能性もあるという部分です。

例えば、市街化調整区域の辺りには、キタサンショウウオ、オジロワシ、タンチョウなどの生息や営巣地、という所が点在しております。そこをわれわれの合理的な理由ということで、文化財保護条例などもありますけれども、そういったことを基に防ごうということです。

仕組みとしては、事前に市に計画書が提出されたときに、専門家が見て、意見して、最終的に当市が判断して返すと。そこで「不許可」「許可」という手続きになります。

市内でいうと、このような区域になります。緑の濃い所が禁止区域です。阿寒国立公園とか。ラムサールとかも音別のほうでは森林法で守られている所も指定されています。さらに禁止区域と特別保全区域、湿原の辺りの薄緑というか黄緑の所、国立公園の辺りだったりします。黄色の所が特別保全区域、それ以外の市街化調整区域にあたる区域です。本当は白い部分、もっと阿寒の国道沿いとかも指定したかったのですが、合理的な理由がなかなか全部に付けられないということで紆余曲折してこのようになりました。今の段階ではこういう感じです。今は、たたき台なので条文がまだできていません。ここまで踏み込んだ条例になると、他にないので、条文を作ることや、専門家への意見聴取の仕組みを構築するのに非常に時間がかかるということで、まだ言えないのです。2月定例会がたたき台、6月定例会に素案になるかな、その後なるべく早い議会で成案をご審議いただき、議決を得たいと考えています。当初は、6月で成案というのを考えていたのですけれども、少し遅れてしまいそうな感じです。

今の段階ではこういう感じです。今は、たたき台なので条文がまだできていません。ここまで踏み込んだ条例になると、他にないので、条文を作ることや、専門家への意見聴取の仕組みを構築するのに非常に時間がかかるということで、まだ言えないのです。2月定例会がたたき台、6月定例会に素案になるかな、その後なるべく早い議会で成案をご審議いただき、議決を得たいと考えています。当初は、6月で成案というのを考えていたのですけれども、少し遅れてしまいそうな感じです。

この条例を作るにあたって、私の考えを職員に伝えました。ほとんどの中身を作ってくれたのは職員の皆さまです。「こうしたいんだ」「自然を守りたい」、「湿原をソーラーで埋め尽くされたら、我々の誇りがなくなってしまうから、なんとか守りたいのだ」ということを伝えたら、最大限に市役所の環境保全課、博物館、法律関係では総務も入って、何回も議論をしていただいて、この条例のたたき台を作ってくれました。

これから環境審議会にかけて、専門家の意見を聞く手続き踏んでいくのです。本当に休日返上でやってくれた市役所の皆さまに感謝です。

私は3カ月と少し経ちましたけど、今日、あそこに秘書課の職員の及川さん、私より年下なのですが私よりずっとしっかりしています。市役所の皆さんがいろいろな情報をくれたり、「こう考えるんだ」と副市長とかが教えてくれたりして、なんとかここまでこら

れたのです。こんな私でもそう思っております。なので、もっともっと市役所の皆さまの力をお借りして行きたいなと思っております。

これから皆さまのお力もお借りしたいと思っています。今年度は、来年度予算に私があまり関わることができませんでした。

私が関わったことでは例えば、「マーケット戦略室の設置」。これは独立した組織で、庁内の「横串」みた



いな機能をもって進めていただきたいと思います。扱うのは、サテライトキャンパス誘致とか、その土台の調査をするようなこと。ふるさと納

税も扱っていきたいです。そういった事柄を市の中心となって進めていただける形にしたいと思っています。

あとは、ALTの中学校に全校配置。それまで4人ぐらいしかいなかったのですが、もう少し増やして15人くらいになります。小・中学校で英語の時間が増やせるのです。ゆくゆくは「国際バカロレア」という教育基本法的一条項でも適用できるような英語教育の学校を釧路に作っていきたいと思っています。

これは「英語が」というのではなくて、それを基本とした国際人を育てていきたいという思いです。これを含めて、教育の国際化、さらにはその先の釧路の国際化、海外への貿易も輸出などの頻度を高めていきたいと思っております。

本日のニコニコ献金

■浅川 正紳君 4ヶ月ぶりに出席出来ました。ソングリーダーまでやらせて頂きました。ありがとうございます。

今年度累計 413,000 円