



これを常に正常に保つには「食事と睡眠と光」と言われています。強い朝の光を浴びることが必要なのです。人間の体内時計は1日24時間よりも僅かに長いためほかっておくと結構狂いやすいので強い朝の光で補正をしています。アメリカ内科学会は、体内時計の障害は糖尿病や肥満など、多くの病気を悪化させるという声明を出し、日常生活と体内時計を一致させることが重要、と言っています。我々が行える事として、午前0時までの就寝、就寝前の光刺激をなくす、朝食を取らない、食事時間の定刻化、夜食は食べない、起床時間の定刻化が言われています。

また、この働きを逆に利用する研究もなされています。それはどの時間に食事を取れば消化吸収に役立つか、肥満にならないか、薬の効果が最もよく発現する服用時間はいつなのか、副作用が少ない時間はいつか、リハビリやスポーツの効果を高める時間などの研究で、時間薬理学、時間運動学、時間治療学などと呼ばれています。いずれにしても、24時間いつでもサージスをかける時代だからこそ、病気の予防に、毎日の「体内時間管理」は積極的に行うべきだと思います。

「今日一日、笑顔で過ごしました。おかげさまでいい夜になりました。」

## ■ 新入会員卓話

### 「私の履歴書」

松岡 毅

ゆたか証券の松岡と申します。あらためて皆様の貴重なお時間を頂いてこの場でお話しさせていただきます。だくことに感謝いたします。

私は、昨年の8月に名古屋大須ロータリークラブに入会させて頂き、昨年度はクラブ奉仕委員会で杉本委員長に、今年度は会場運営委員会で酒井委員長にご指導頂いています。コロナ禍の影響もあり、新入会員卓話をさせて頂いたことで、1年期間が空いてしまいましたが、どうぞよろしくお願いたします。私松岡を少しでも知って頂ける様に、まずは幼少の頃とその時代背景を、次にゆたか証券に入社してからのこと、そして6歳の遺囑を前に思うことの3点に分けて、皆様の貴重時間をお借りして、お話しさせて頂きたいと思っています。

### 私の幼少の頃と時代背景

私、昭和35年9月15日生まれ、乙女座のA型です。岐阜県安八郡



輪之内町が私の生まれ故郷で1級河川の揖斐川、長良川に挟まれたいわゆる「輪中」地帯で生まれ育ったことは以前お話しさせて頂きました。まわりには鉄道がなく、どんなところかと人に聞かれたら陸の孤島と言っています。

地域には自慢できるような名所はありませんが、しいてお伝えするのなら、隣町にお千代保稲荷があります。商売の神様であるこのお稲荷さんは、年末年始はもちろん、毎月の月末月初にも商売を管んでいる人や営業マンなどが参拝され、参道が一杯になります。

また、国道258号線から養老1Cに繋がる街道、養老平田線県道213号沿いに、「古今珍品情報流通センター」という骨董品を取り扱っている店があります。観光バスが止まるスペースもあるお店ですが、私の母親の妹であるおばさんと現在はいここが営んでいます。骨董品等々に興味のある方はそちらの方面を通ることがあります。一度お立ち寄り頂ければと思います。

私の小学生、幼少の頃は、「巨人 大鵬、卵焼き」と言われた時代の後半です。小学校時代はYGマークの付いた黄色い帽子をかぶった巨人贔屓の野球少年でした。当時地域の野球放送は、常に巨人中心だったと記憶しています。時はV9全盛時代、川上監督の下、スタ

ーティングメンバーが、1番センター柴田、2番セカンド土井、3番ファースト王、4番サード長嶋、5番ライト末次、6番ショート高田、7番ショート黒江、8番キャッチャー森、9番ピッチャー堀内と当時の巨人の選手、不動のレギュラーが今でも濃く記憶に残っています。私は特に高田繁(背番号8)のファンで、よく高田選手のまねで、むりやりソフト方向に引張ったバッティング、俗に言う高田ファウルをまねしていました。また横綱大鵬の引退が1971年だと思っていますので、私は小学校高学年であったと思います。晩年の大鵬の相撲を白黒テレビにかじりついて見ていた覚えがあります。

その後中学生となり、野球少年であった私は当然野球部に入り、勉強はおさなりにして部活に励んでいました。白黒テレビがカラーテレビに代わって行く時代で、私の思春期と丁度重なって、色づいていく時代でもありました。

高校に入っても当然野球部に入っ、行けるといってまでやるつもりで、行けるつもりで、当時の高校野球の部活の先生は、とにかく怖い！大声で怒鳴る、バットで叩くは当たり前で、すぐに野球部は諦めました。

そこで部活動は、中学の時の野球部の先輩が在籍していた軟式テニス部に入りました。軟式テニス

は女子の部もありましたので、甘い部活を妄想していたのですが、全くの見込み違いで、当時私が入った高校の軟式テニス部は岐阜県の西濃地区でも強い高校で、放課後の練習には毎日OBも参加し、インターハイにまで行く事を求められている部活でした。当然先輩後輩の礼儀作法等々は厳しく叩き込まれました。夏合宿では、今の部活動では考えられないのですが、真夏の炎天下、焼けたアスファルトで正座、水は一滴も飲んでダメ、休憩なしの練習、合宿中に救急車を呼ぶようなシゴキで、今では大問題になるような事ばかりでした。そんなシゴキにも耐えたのですが、残念ながらインターハイには出場できず、東海大会止まりで、強豪である岐阜の中京商業に後一歩で負けていました。でもそんな理不尽なシゴキがあったからこそ、心身共に鍛えられ、後に入社するストレスフルな証券業界でも生き残る事ができたのだと思います。

私は田舎育ちの3男坊で長男とは一回り年が違い、同じ千支で親のすねをかじって生きてきました。特段の勉強もせず、部活ばかりでした。高校卒業後、一度は名古屋屋に出ていこうと何となく名古屋の法律、経済の学校へ行かせてもらい、甘っちょろい生活をしていました。

そんな私の人生の中で大きな出来事があったのが、私が20の時

父親が56歳で、心筋梗塞で急に亡くなった事でした。亡くなる日も私は友人と富士五湖に遊びに行くため、朝父親を起こして小遣いを無心し、出かけていきました。普段は宿泊先など伝えて出かける事など無かったのですが、その時だけ宿泊先を伝えていましたので、その日の夕方、宿泊先の旅館に父親が亡くなったとの連絡が入りました。一人三島から岐阜羽島まで、新幹線で帰宅を急いだのですが、亡くなるその日まで親不孝であったことなど、いろいろな思いを巡らし帰宅したことは、嫌な思い出として残っています。

突然父親が亡くなり、世間知らずの私が自分自身の力で生きていく事となりました。就職活動もろくすぼろしてない私がどうしようも困っていた時、当時ゼミに原田という先生がいて、この方も大変厳しい先生でしたが、なぜか可愛がって頂き「ゆたか証券を訪ねて行って来い」と言われ、そのまま入社したのが現在のゆたか証券です。私自身、気が大きい人間ではなかったと思うのですが、当時は「なんとかなるわ」と考えていて、大変物事に無計画な人間だったと思います。

### ゆたか証券に入社して

ゆたか証券に入り私が営業に出た当時、証券業は世間で「株屋」と言われた時代で、一日中外周りをしていました。最初の配属が岐阜支店。時代は岐阜問屋町の全盛期、一國一城の主達が岐阜駅前問屋街に間口2〜3m程のスペースでそれぞれ独立した会社を営みぎつしりお店が並び、賑わっていました。全国各地からお客様が仕入れに来ており、岐阜問屋町が大変繁栄していた時代でした。後に繊維業は安価で製造できる世界の工場となった中国、アジア地域に飲み込まれていくのですが、当時の一國一城の主達は、そのことを知る由もなく、この世の春を謳歌していました。本業の仕事もソノソノに銀行から安易に融資される資金で、どの個人経営者達もゴルフ会員権の売買を盛んに行っている時代でした。当時三好カントリー倶楽部の会員権が1億、和合の会員権価格は応談だったと記憶しています。

その一國一城の主達には証券営業を仕掛けていくのですが、名刺を目の前で破り捨てられたり、燃やされたり、水を掛けられたり、厄介者されたことが多かったです。昨年SMBCC日興証券の野田さんが卓話でお話しされた様に、当時はかなり厄介な人物が取引していた時代で、色々なバイ案件や危

ない人がいた時代でもありました。でもちよつと中期債ファンドが始まった時期で、少しずつではありますが、証券業が世間に認知されていった時代でもありました。中期債ファンドがお客様との接触のきっかけとなり、外回り営業についてはやり易くなり始めた時期でした。

会社での私の営業の評価は岐阜、四日市、名古屋地区の各店です。なりに成績を上げていました。しかしながら転勤した支店で、私への会社の評価が気に入らなく、やめてやろうと思った事がありました。時代も山一證券が倒産する1年前で証券業の環境もあまり良くななく、周りの営業員も数多く退職して行った厳しい時代でした。私自身も退職を考え、その当時まだ名古屋駅にあった都ホテルで四日市倉庫（現、日本トランスシティ株式会社）の役員である叔父に相談し、フォークリフトの免許だけ取ってこいと言われ、会社を辞める準備をしていました。

しかしながら、10年以上務めた証券営業の評価が低いまま辞める事がとても悔しく、なぜかその時会社を見返してから辞めようとの考えが強くなり、今後、中途半端な成績や評価で嫌な思いをする事がない様に、この先、文句なしに「別格の評価」を取って、見返してから辞めてやろうと自分のなかで強

烈にスイッチが入ったのを覚えています。その勢い、その思いで今日まで来ていると思います。あの時の会社での低い評価のおかげで自分自身、変身を遂げるきっかけとなり、また評価をされない営業員の悔しさ、せつなさを理解できるようにになりました。人間は叩かれることも必要で、良い経験となる、という事を改めて理解できた時でもありました。

厳しい証券業界の中で、何とか生業として生活が出来るかなと思つた27歳の時結婚し、30歳で岐阜から三重県四日市市に家を建てて移り住んでいます。今年で60歳になる私ですので、人生の丁度半分の30年が岐阜県人、もう半分の30年が三重県人となりました。

結婚当時、私共の証券界は「夜討ち朝駆け」といわれる程遅くまで仕事で、早く帰れない状態でした。また社内、お客様との飲み会も大変盛んで、戦国武将の如くに酒を飲めない証券マンは仕事ができないとの上席者からの教えが罷り通っており、1週間殆ど酒を飲んでた状態で、家に帰るのが深夜に及び毎口でした。

この状態ではいつか嫁に捨てられるかもしれないとの危機感があり、「嫁の幸せが、自分の幸せ」の考えのもと、四日市の嫁の実家の近く、スーパの冷めない距離に家を建てました。これが岐阜出身の

私が四日市に家を建てた理由です。私が30歳の時でした。そこから娘2人と後に家族となる重さ30kgの「ゴールデンリバー」で住んでいました。その後、長女が25歳で結婚し、現在5歳の女の子と3歳の男の子の孫がいます。私は「じいじい」となっています。

長女の夫である娘婿も私と同じ岐阜県出身の三男坊で、「嫁の幸せが自分の幸せ」の考え方を引き継いでくれて、娘夫婦の自宅は、私の自宅から歩いて3分程の近くにタイフハウスさんでお世話になり、家を建てて住んでくれています。

今では私の嫁は自分の母親と長女孫と女4世代で幸せそうに遊んでいます。

### 60歳を自認思ひ出す

私もおかげ様で今年の誕生日で60歳の還暦を迎える年となります。2年ほど前、私の心にクッと響いた言葉がありますので、ご紹介したいと思います。2018年冬の平昌（ピョンチャン）オリンピックで女子500Mのスリドスケート金メダリスト、滑る哲学者と言われる小平奈緒さんが公表された座右の銘で、マハトマ・ガンジー（インド独立の父、宗教学）の言葉です。

「永遠に生かぬかのように死なば、明日死ぬかのように生きろ！」  
男60、還暦が近くとなり、会社勤

めもいよいよ終盤戦かなあ、なんとなくサフリーマンが染みついた、そんな感じになっていた自分には、この言葉がグッときました。

今の会社雇用形態は「改正高齢者雇用安定法」が平成25年4月1日から施行され改正により、60歳定年後の希望者全員を「65歳」まで雇用することが義務付けられています。それが、それまで会社の雇用は60歳で終了の認識でした。仕事人間である私が、60歳近くになるとそのうちなんとなん終盤戦を迎えているかなあと思っていたところ、このマハトマ・ガンジーの言葉で思いっきり頭をぶっ叩かれた思いがしました。私が20の時、父親が56歳でこの世を去って、すでに今の私は父親の年齢を超えています。私はこれまで、必ず父親より長く生きる事ーと思ってきました。私が父親の年齢を超えた、その年からは人生のおまけ、ボーナスと考えていたはずなんです。「永遠に生きるかのように学べ、明日死ぬかのように生きろー」私は、この精神で一日一日を精一杯生きて、悔いのない様にこの先生きて参りたいと思えます。

私の毎日の生活ルーティンは、毎朝5時30分起床して、日経新聞読みながら朝食をとることから始まります。5時45分より株式マーケットの番組であるモーニングサテライト(テレビ東京)を視聴し、

6時10分に自宅を出て車で前述のモリナテを聞きながら、会社へ6時45分に到着。海外マーケット、国内マーケットを確認した後、7時45分に始まるテレビ会議による全体朝会に臨みます。国内外のマーケットの環境、投資環境状態は常に把握しておくことが私の商売です。特に米国株については10年ほど前より注目しており、毎朝テレビ会議システムで勉強会を行っています。ゆたか証券は米国株に強みがある証券会社として、お客様に評価を頂いています。今後において何か皆様からのご相談がありましたら、一声お掛け頂ければありがたいです。

最後に  
この名古屋大須ロータリークラブには尾上会長にご紹介頂き、入会させて頂きました。名古屋大須RCに関わり、活動させて頂いている時間は、私にとって何にも代えがたい、貴重な経験をさせて頂いており、大変感謝しています。尾上会長、私にこのように縁を頂き、ありがとうございます。今後とも、会員の皆様には何かと迷惑をお掛けするかもしれませんが、見捨てず、長い目で指導ご鞭撻のほどよろしくお願い致します。

以上となりますが、私の新入会員卓話とさせて頂きました。ご清聴ありがとうございました。

**開催日**  
2021年 3月14日(日)

**開催地**  
名古屋駅から電車で28分！  
中部国際空港直結  
**愛知県国際展示場**  
常滑市セントレア 5-10-1  
AICHI SKY EXPO

**登録料**  
オンサイト登録料 (大懇親会登録料込み)  
会員：10,000円 / ご家族：5,000円  
オンライン登録料 会員：5,000円  
**Live 配信します**

2021年度国際ロータリー第760地区地区大会



**開催日**  
2021年 3月14日(日)

**記念講演**  
ひがしくぼるひでお  
**東国原英夫氏**  
生年月日：昭和32年9月16日  
宮崎県都城生まれ  
2007年1月 第52宮崎県知事に就任  
2011年1月 宮崎県知事任期満了にて退職  
2012年12月 第46回衆議院議員総選挙  
近畿比例区で当選  
2013年12月 衆議院議員辞職



今地区大会では、リアル参加のゲストやメンバーと、オンライン参加のメンバー、ビジターを交えたハイブリッド運営で、New Normalな地区大会を開催します。

2021年3月14日(日)  
於 愛知県国際展示場  
Aichi Sky Expo

**その他・お知らせ**  
ガバナー・地区幹事・  
会長・幹事懇談会

新型コロナウイルス感染症の影響を考慮し開催が中止されました「名古屋中・名古屋栄・名古屋大須3RC合同ガバナー公式訪問」と同日開催予定でした「会長幹事懇談会」が、9月7日(月)ガバナー・地区副幹事をお迎えし、各クラブ会長・幹事出席のもと、11時30分より名古屋観光ホテル3階「桃の間」にて開かれました。



R1第2760地区  
ガバナー  
筆頭地区副幹事  
名古屋中RC  
会長  
幹事  
ガバナーノミニー  
名古屋大須RC  
会長  
幹事

岡部 勢  
矢形 修己  
藤井 英明  
山下 洋右  
籠橋 美久  
大原 敏正  
鬼頭 茂成

9月24日(木)例会の案内  
クラブフォーラム  
10月1日(木)例会の案内  
SPEAK OUT DAY  
\*お食事は着席コースです。

公共イメージ向上委員会  
小澤 幸男・横川 誠人  
住田 正夫・山口 正孝  
\*本文は、原則、頂いた原稿を転載しています。



名古屋栄RC  
会長 笠原 猛  
幹事 大河 哲男