



今週のプログラム

- 第2851回 (2/13)
- 会場 京王プラザホテル八王子

*[三祝]

- *イニシエーション・スピーチ 秋山順子会長

次回のプログラム

- 第2852回 (2/20)
- 会場 京王プラザホテル八王子

*三多摩食糧卸協同組合

- 理事 営業部部长 原島 晃氏
- テーマ「令和の米騒動と今後」

卓話

「箱根駅伝優勝に向けた 一般社団法人 CHUO EKIDEN CLUBの取り組みについて」



一般社団法人 CHUO EKIDEN CLUB 代表理事 花田俊輔氏

当時、監督に就任したのが、私の1学年後輩である藤原正和です。彼は学生時代から世界大会（ユニバーシアード）で金メダルを獲得するなど、将来を嘱望されたスター選手でした。一方、私は箱根駅伝への出場経験こそあるものの、個人実績では彼に遠く及びません。関係者の間では、実績の異なる二人がタッグを組むことを不思議がる声もありました。

藤原監督は、競技に対して極めてストイックな「完璧主義者」です。自分にも他人にも厳しい彼の指導スタイルだけでは、疲弊してしまう学生もいるかもしれせん。そこで彼は、自分とは180度性格が異なる私に「学生を後から支える役割」を託したのです。

独自の育成改革…
海外留学とSNSの活用

私たちがまず取り組んだのは、チームに染み付いた「負け癖」の払拭でした。当時のチームは非常にネガティブな空気に包まれており、意識改革のために「劇薬」が必要だと考えました。そこで、1年生をキャプテンに据えるという異例の抜擢を行い、体制を刷新したのです。

同時に、育成システムも大きく見直しました。
海外武者修行…夏合宿の一

2026年箱根駅伝の教訓…
青山学院・原監督の采配

迎えた2026年大会、中央大学は「5000m・10000mの平均タイムで全大学トップ」という、歴代最強の布陣で挑みましたが、結果は5位。優勝した青山学院大学との差は、戦力以上に「トップの決断力」にあつたと痛感しています。

青山学院は、エースの黒田朝日選手を2区ではなく5区（山登り）に配置するといふ、驚くべき采配を振りました。

「エースをどこに置くか」という問いに対し、セオリーを捨てて勝負に出た原監督の判断。

2026年1月23日

我々は4区終了時点で3分半のリードを奪っていました。山にエースを温存していた青山学院を逆転するには、5分の差が必要だったのです。改めて箱根駅伝という舞台の厳しさと、指揮官としての立居振舞の重要性を学びました。

100回大会での悲願達成に向けて

中央大学のスタイルは、1区から果敢に攻める「序盤先手必勝」です。新キャプテンとなる藤田も、今年の1区で区間新を上回る激走を見せ、その意志を継いでくれました。

最後に中央大学が優勝したのは1996年、今から30年前のことです。その前回の優勝もさらに30年前の6連覇時代まで遡ります。「歴史は繰り返す」という言葉を信じるならば、次なる30年目の節目、そして中央大学にとって通算100回目となる今回の箱根駅伝こそ、私たちが頂点に立つべき時です。

山という難題を克服し、30年ぶりの、そして私たちにとっては「初優勝」のような新鮮な気持ちで、この八王子の地へ優勝旗を持ち帰りたいと考えております。

皆様、今後とも温かいご支援をお願い申し上げます。

例会報告

第2848回・2026・1・23(金)

◆司会

秋間勝仁会場監督補佐

◆開会点鐘 相川 博会長

◆Rソング

それでこそロータリー

◆お客様のご紹介

一般社団法人CHUO EKIDEN CLUB代表理事花田俊輔様

八王子消防少年団

団長 坂本隆宏様

◆食事と交歓 中華

◆出席報告

岡本信之出席委員

会員118名中61名出席。

出席率61・52%。前回1月

9日の出席率69・03%を

70・80%に修正いたします。

◆ニコニコ発表

久保英生財務委員

◆会長挨拶 相川 博会長

*今日衆議院が解散します。政治の話ではないですが、選挙の必須道具についてお話ししたいと思えます。もう15年ほど前になりますが、都議会自

民党のフィクサーと言われる人から、「このスピーカーは性能が良いからこれを使えよ」と言われました。慶応大学藤沢キャンパスの教授が一人で開発した物でした。無料ということだったので大きいのと小さいのを一つずつお借りしました。街宣車の上にあった4つの大きなスピーカーを外して、お借りした大きい方を

付けましたら、360度全体に音が届くので一つだけで充分という優れたものでした。小さい方は30センチ×20センチくらいで厚さは5センチ程のサイズで、しかもわずか9000gという軽さです。いままでのスピーカーは音の波が縦方向だそうですが、このスピーカーは横波ということで、小さな体にもかかわらず遠くまで音が届く鈴虫の原理を応用しているという話でした。
*20年ほど前に韓国ソウルの地下鉄火災で死亡者が出たことをご記憶の方もいらっしゃるかもしれませんが、その後ソウル市では、地下鉄の轟音や騒音の中でもアナウンスが届くスピーカーのコンペティションを開催し、パイオニアやヤマハ等の名だたるメーカーを押さえ、このスピーカーが圧倒的な評価を受け第1位になったという事です。ソウルの地下鉄は、ほぼそのスピーカーを設置しているそうです。
*ある朝、南大沢駅の近くで小さい方のスピーカーを使って演説をしていると、熱心に聞いている男性がいました。終わったらこちらへ近づいてきて「そのスピーカーはどこで買ったんですか?」と聞くんです。興味があったのは高性能なスピーカーの方で、私の話ではなかったようです。
*高校の同期の弟で、東日本大

震災の時に消防総監だった新井雄治さんという方がいらっしやいます。退官後に消防大 schools 校長に就任したということで、このスピーカーを防災無線にどうでしょうかと、プレゼンに行きました。防災無線は独特のテンポと抑揚が必要ですが、このスピーカーなら普通に話してもちゃんと伝わります。実際に校庭でテストをしたら「これは素晴らしい」とは言うものの、そちらの世界も利権がガチガチに絡んでいるとこのことで、残念ながら採用には至りませんでした。
*その小さい方のスピーカーをクラブの事務局へ寄贈しましたので、皆さまどうぞご自由にお使いください。
◆幹事報告 立花 探幹事
*メールボックスにウィークリー第11号を配布しました。
◆助成金贈呈
八王子消防少年団
団長 坂本隆宏様
◆スピーカー紹介
池田勝プログラム委員長
スピーカー 一般社団法人CHUO EKIDEN CLUB
代表理事 花田俊輔氏
テーマ 「箱根駅伝優勝に向けた取り組みについて」
謝礼贈呈
◆閉会点鐘 相川 博会長
◆2026・1・23(金)
相川会長・6連覇の中央に

第2回 相川年度

親睦ゴルフコンペ

2月4日(水) 立春にふさわしい快晴の中、八王子カントリークラブにおいて、第2回相川年度親睦ゴルフコンペが開催されました。19名が参加し、優勝は長尾委員長でした。おめでとうございます。主な順位は下記の通りです。(10位まで)

優勝	長尾 健	6位	梅田友章
2位	松村 光	7位	市川 隆
3位	宮原真吾	8位	池田 勝
4位	伊藤則久	9位	高橋光康
5位	森崎博之	10位	福田 邦人



一日も早く戻りますように!!
◆立花幹事・中央大学陸上競技部長距離ブロックの益々のご活躍を祈念致します。来年こそ山上りを期待しています。
◆山口・創立60周年のPRに台中ロータリーに行っております。台中RCは11組の

ご夫妻を含め30名が来日予定です。
◆村井・結婚記念日のお花を届けて頂きありがとうございます。妻もとても喜んでおりました!
◆池田・花田俊輔様、本日の卓話よろしくお願いたします。
(順不同・会員敬称略)

卓話「チームワークとリーダーシップについて」



埼玉県西武ライオンズ・レディース監督 出口 彩香氏

2026年1月30日

女子高校に入学をし、大学は女子野球で当時強豪だった尚美学園大学に進学をしました。その後は女子プロ野球リーグがあったので、女子プロ野球リーグに入り、クラブチームを渡って現在の埼玉西武ライオンズ・レディースで現役生活を終えたという形になっています。

私の性格を皆さまにお伝えしようと思うんですけど、こういう形で私の顔も見てのとおりに、すごく明るい性格で、とても負けず嫌い、どんなことにも挑戦していくタイプだと自負しています。また、最後までやり通したいという気持ちが強く、諦めが悪いのも私の性格の特徴です。

野球との出会いと、困難を乗り越えた中学時代
7歳の時、兄の影響で野球を始めました。最初は両親に反対されていたんですが、私の「やりたい」というしつこさに、両親が負けたのか、渋々野球をやらせてくれたのを鮮明に覚えています。

それからいろいろなことを学んで練習がきつくてやめたいと思うこともあったのですが、気づけば中学では男子に混じって公式野球を始めました。

私自身が野球人生で一番技術が成長し、一番つらい経験をしたのもこの中学校の3年間

だったなと思っています。

中学になると思春期という一人ということをやっていたので、やっぱりキャッチボールをするときも相手がいなかったりとか、トレーニングメニューも女とやるのは嫌だ、という形でそういう雰囲気を出されていましたが、それでも負けたくないという気持ちでやり通せたのが自分自身の成長にもつながったと思うと、今ではいい経験だったなと思っています。

このときに女子野球の日本代表があることを知ったので、その夢を叶えるんだという思いでずっとやってきた結果、諦めずに続けてこれたのかもしれない。

幼いながらにして私のワガママで両親の反対を押し切ってやらせてもらってきた野球なので、日の丸を背負う姿をいつか両親に見せたいと勝手に思いながらずっと続けてきました。

高校では初めて女子野球の世界に入ったんですけど、同じ女性たちと野球をやるのがすごく楽しく、「こんなに楽しいんだ」という気持ちになったのもすごく嬉しかったし、何かあったときにすぐ相談できたりとか、トレーニングをする上でも仲間外れにされない、そういう楽しい高校野球生活だったなというのを振り返れば思います。

日本代表での経験とキャプテンの重責

高校野球の生活が終わって大学に入ると、当時強豪だった川越市にある尚美学園大学に進学をし、元西武ライオンズの選手だった新谷博監督のもと4年間を過ごしました。この4年間はすごくたくさんさんの優勝の経験をしたり、人間性等もたくさんしごいていただきました。

大学2年生のときにずっと夢であった日本代表に初めて選出されてとてもうれしかったのを覚えています。その後両親にすぐ報告をしました。いつも褒めてくれない両親が唯一褒めてくれたのがこの瞬間でした。

4年生のときにキャプテンを務め、最後の大会で無失点優勝できたのが一番の思い出で、卒業式の際に監督から「お前たちにもう教えることは何もない」と言われたのが、何よりの褒め言葉でした。

小学校、中学校では副キャプテン、高校、大学ではキャプテンを務めました。チームをまとめる大切さ、戦う上でチーム力の必要性をたくさん経験させてもらいました。キャプテンは、良いことより嫌なことが多く、「何で私がやらなきゃいけないの、やりたくてやってるわけじゃない」と思ったことも何度かありました。が、誰でも経験できることでは

ないし、その経験があったからこそ自分自身の内面や気遣い、視野を広くするということができました。全ての経験は無駄なことなんてないと感じていますし、これまでの指導者の方々にはとても感謝しています。

2012年の大学2年の時、初めて日本代表に選出されてから2024年まで5度、日本代表としてこれまで選出をさせていただきました。初めての選出のときには、とにかく先輩の足を引っ張らないように大きな声を引出すことだけを考えてやって来ました。夢として日本代表になることが叶うと、次は代表でキャプテンをしたいという気持ちが芽生えてきて、常に当時のキャプテンの行動だったり、どういう立ち振る舞いをしているかというのを観察していました。

26歳のワールドカップで初めてキャプテンを務めることになり、年上の先輩がチームメイトである中でもキャプテンをするというのは少し戸惑いもあったんですけど、自分らしさを出せば大丈夫と自分に言い聞かせ、何とかやりきれたと思っています。

当時日本はワールドカップを5連覇していたんですが、キャプテンが変わって優勝ができなかったらどうしようという不安と戦っていたのもすごく覚えています。それからコロナがあつて

ワールドカップは4年間なくなり
ました。

5年後の2023年にアジア
カップというものがあり、202
4年にワールドカップがあり、そ
の際も2回目のキャプテンとし
て大会に挑みました。この時に
引退も決めていたので、今までの
ワールドカップとは違う感覚の
中大会に挑み、最後みんなから
胴上げしてもらえたのがすこ
く嬉しかったですし、キャプテン
をやっているすごく報われる瞬
間でもありました。



リーダーシップにおいて

意識した3つの信念

私がチームのキャプテンとして
経験してきた中ですつと意識し
ていたことが3つあります。1つ
目が「下の子がやりやすい環境
をつくる」、2つ目が「オンとオ
フの切り替え」、3つ目が「自分
の芯を持つこと」、この3つは常

に意識してやってきました。

「下の子がやりやすい環境を
つくる」。これはスポーツだった
り、社会の中でもおこり得るこ
とだと思うのですが、団体ス
ポーツ、会社の組織の中だと、い
ろんな異なる性格の人がいた
り、全員が同じ考え方、同じよ
うな性格ではないので一人一人
の不安要素を取ってあげてその
子の良いところを伸ばしてあげ
たい。目立たせてあげたい。そう
いう気持ちを持って意識してい
ました。

その中で私の接し方は積極
的にコミュニケーションを取り、野
球以外のたわいもない話をした
り、まずは自分の性格を知って
もらい、関係性がフラットなんだ
ということを感じてもらえるよ
う接してきました。そうするこ
とで自然と会話が弾むようにな
りチームの雰囲気も良く、結果
として強いチーム、土壇場で勝て
るチーム、一人一人が役割を全
うし、全体が良くなっていくとい
う経験をしてきました。もちろ
ん苦戦したりうまくいかないこ
ともありましたが、そういうと
きでも諦めずに立ち向かってい
くことで乗り越えたときにさら
に成長できるということを経験
したと感じています。一番大切
なのは、下の子たちが自分たち
の声が大切にされているんだと
感じ、より積極的に意見や発信
をしてくれるようになることだ
と思います。

次に「オンとオフの切り替え」

です。人間の集中力は長時間は
続かないと思っています。また、
野球の試合は、長くても女子野
球だと2時間ぐらいなんですけ
ど、どこぞという場面で力を発
揮するためには、オンとオフの切
り替えがすごく大切だと思いま
す。それは、心身の健康だったり
パフォーマンスの向上に直接関わ
ると思っているからです。オンの
ときには集中力を高め、効率的
に物事をこなすことが求められ
るので、これがずっと続くと疲労
だつたりストレスが蓄積し、逆に
パフォーマンスの低下、効率の低
下につながってしまいます。オフ
の時間を取ることで心と体をリ
フレッシュさせ、次のオンの場面に
備えることができるからです。ま
た、オフの時間には、趣味を楽し
んだり、家族や友人と過ごすこ
とで生活のバランスを保ち、全体
的に幸福感を向上させること
ができると思っています。

ワールドカップに行った際に、
普段は一緒にプレーをしない選
手も何人かいるのですが、その
ときにずっとオンの状態の子が
多くて、試合でも空回りしてい
る選手がたくさんいました。普
段の実力は本場にすぎない。すご
くても、大舞台になると力が発
揮できない。発揮ができないか
ら、余計に空回りをしてしまう
という人が何人かいました。その
ときにある子に、伝えたことが
あります。性格によっても違う
かもしれませんが、悩んでいる子
に対して言おうか言わないかっ

て迷っていた時に伝えた言葉が
あって、「短期決戦で結果が出な
くて焦る気持ちはわかるけど、
短期決戦だからこそいいところ
もあるんだよ。今、何をしよう
と急成長はしないし、そこは割
り切つて今まで自分がやってきた
ことを信じてあげる気持ちの方
が大切。休むときはしっかりと休ん
でリフレッシュしないと精神的に
もつらいし、体もついてこなくな
るよ。」こんな簡単な言葉だつた
のですが、後輩は、「あのときは
ありがとうございました。必死
すぎて周りが見えなくなってい
ました」と言われ、伝えようと
思ったことを、伝えてよかったな
と思うと同時に、オンとオフの
大切さを改めて感じた瞬間でし
た。

3つ目は「自分の芯を持つこ
と」です。チームリーダーの意思
がぶれると他の子は何をしてよ
いのか分からなくなってしまうの
で、自分自身の芯を持つよう心
がけています。リーダーが明確な
価値観や信念を持っていると、
意思決定が一貫して行われる
ため、他のメンバーはリーダーを
信頼し安心してついてくること
ができ、リーダー自身が信念に
沿って行動することで組織全体
のビジョンを強化できると思っ
ています。さらに困難な場面に直
面したときでも芯を持つってい
れば乗り越えられるし、チームのメ
ンバーもぶれることなく力を貸
してくれると思っています。そう
していくことでチーム力の結束

力も高まっていくと私は考えて
います。

リーダーはこうあるべきという
正解はないと思いますがいろん
なカラーのリーダーがいること
は良いと思います。リーダーによ
つて周りの人の考えも変わって
いくと思うので、リーダーやキャ
プテンなど上に立つ者は、自分だ
けでなく他の人も巻き込んでい
るといふ責任感を持つことが大
切だと感じています。

今後の目標

そして、今後の目標が私には
あります。

現在埼玉西武ライオンズ・レ
ディースの監督を務め、今年で2
年目になるので、昨シーズンより
良い成績を出し、多くの日本代
表選手を輩出できるようにやっ
ていきたいと思っています。

監督として2年目ですので、
よりチーム力を高め、どこにいて
も恥ずかしくない人間性、リー
ダーシップを取れる選手を少し
でも増やしていきたいと思っ
ています。

チームワークやリーダーシップ
はスポーツだけでなく、会社や他
の場面でも必ず必要とされる
ので、野球もできるけど、どこに
行つても通用する選手、通用す
る人間をたくさん輩出していく
のが私の目標です。

私自身もまだまだ未熟者な
ので、これからもたくさんの方に
難を乗り越え、いろんなことに
挑戦をし、楽しみつつ今後も頑
張っていきたいと思っています。

例会報告

第2849回●2026.1.30(金)

◇司会

松本利子会場監督補佐



司会
松本会場監督補佐

◇加賀美剛会員より、退会のご挨拶

◇開会点鐘 相川 博会長
◇Rソング 奉仕の理想
◇お客様の紹介 埼玉西武ライオンズ・レディース監督 出口彩香様
マナージャー 加藤萌音様

◇食事と交歓 和食
◇出席報告 大田吉彦出席委員



出席報告
大田出席委員

会員118名中65名出席。
出席率57・52%。前回1月16日の出席率59・29%を68・14%に修正いたします。

◇ニコニコ発表



ニコニコ発表
西村財務委員

◇会長挨拶 相川 博会長
*27日に上野動物園から双子

のパンダが中国へ行ってしまうと報道では「中国に帰った」という表現でしたが、日本で生まれたのですから、「行ってくる」という表現の方がふさわしいと思いました。



会長挨拶
相川 博会長

*今日のはかつてパンダで冷や汗をかいた話をしたいと思えます。17〜18年前くらいに、多摩動物公園の中の小さなホールで開かれた開園50周年の式典によられました。そこには東京動物園協会総裁の常陸宮様ご夫妻がお越しになっていました。最前列に並んでいた私の隣には、今はもう亡くなってしまう元都議会議員の古賀俊昭さんがいました。当時都議会にはとんでもない右翼が三人いて、世田谷の田代博嗣さん、土屋敬之さんとこの古賀さんでした。因みに田代さんは岸田会員のご親戚のごことです。式典では先ず石原都知事が挨拶をし、その後建設局長が挨拶でパンダについて語ったとたんに、隣にいた古賀先生が「何言ってるんだ、パンダはチベットから略奪されたんだ」と、かなり大声で言いました。そうしたら

常陸宮様ご夫妻が私の方を見るんです。私が言ったのではなかったのですが、どちらかというと私の方が右翼チックな顔つきだったせいかもしれない。冷や汗が出て、とても緊張した一瞬だったことを思い出しました。

◇幹事報告 立花 探幹事



幹事報告
立花 探幹事

*先程ご挨拶をいただきましたが、加賀美剛会員がご異動により退会されます。後任の方がご入会の予定です。
*昨日2月の八王子5クラブ例会予定表を配信しました。
*2/6(金)は2/7(土)の地区大会に振替のため通常例会はございません。メイクアップ用紙のご用意もございません。
*2/7(土)の地区大会本会議は立川ステージガーデンにて13:00より開催です。先程より例会場のドアに地図を掲示しております。配布用の地図もあります。ご希望の方は副幹事よりお受け取りください。席は2階のRブロックです。参加者の方には既に直前のご案内を配信いたしました。
2/6(金)と2/7(土)の緊急連絡は角田副幹事へお

願います。
*次回の通常例会は2/13(金)です。

◇スピーカー紹介

池田勝プログラム委員長



スピーカー紹介
池田プログラム委員長

スピーカー 埼玉西武ライオンズ・レディース監督 出口彩香氏
テーマ 「チームワークとリーダーシップについて」
謝礼贈呈

◇閉会点鐘 相川 博会長

ニコニコボックス

●2026.1.30(金)

◇相川会長・出口監督、加藤マナージャーよっこそ当クラブに。

◇立花幹事・西武ライオンズ・レディースのお話、楽しみにしています。

◇加賀美会員の栄転による退会残念ですが、新天地での益々の活躍祈念します。

◇水落・出口監督、加藤マナージャー本日はありがとうございました。楽しい卓話を楽しみにしております。

◇加賀美・本日を以て退会となります。これまでお世話になりました。東京八王子西ロータリークラブの益々のご発展をお祈り申し上げます。

◇池田・出口彩香様、本日の卓話よろしくお願いたします。

◇安藤謙一郎・出口さん卓話楽しみにしております。

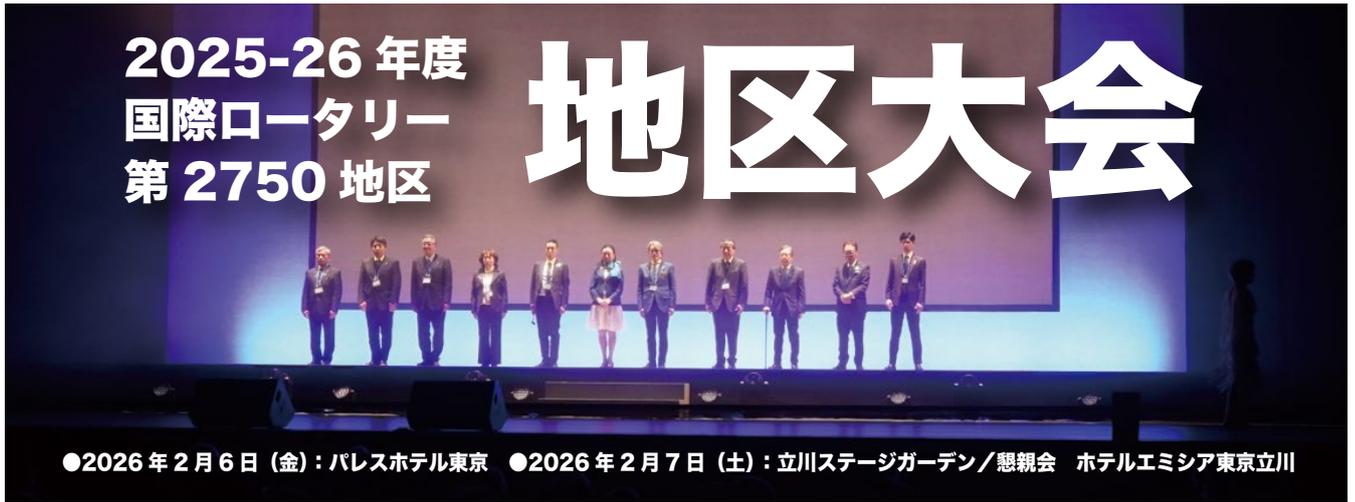
◇山口・チームワークのお話、出口彩香さんの卓話を楽しみにしております。

◇西村・今年初めての出席です。今後よろしくお願いたします。

◇村田・2025年10月24日に入籍しました。お祝いありがとうございます。ありがとうございました！
仲良く順調です。

(順不同・会員敬称略)





スポ GOMI スペシャルアンバサダー
マツハシラ文朱さん



馬場れい子ガバナー補佐



水野 功RI理事



田中 靖ガバナー

◇懇親会（ホテルエミシア東京立川へ移動）
閉会点鐘
特別公演2…地球のステージ
セッション③テーマ「平和」
里絵
ライブ with 時枝弘&竹田麻里絵
特別公演1…Team スペシャル
セッション②テーマ「環境」
スポGOMI紹介

況報告
姉妹地区ガバナー挨拶
各種委員会報告
セッション①テーマ「ポリオ根絶」特別対談…尾身茂氏
×田中靖ガバナー
PBG活動紹介
セッション②テーマ「環境」
スポGOMI紹介

◇開会点鐘
RI理事紹介
RI役員紹介／来賓紹介
参加クラブ紹介
ガバナー挨拶並びに第2750地区現況報告
RI理事挨拶並びにRI現況報告
◇RI理事「夫妻歓迎迎晩餐会」
◇2月7日(土)
◇本会議

◇2月6日(金)
◇PBGフランチミーティング
◇第3650地区(韓国・第3481地区(台湾) 合同歓迎昼食会
◇各種委員会
◇クラブ会長・幹事会
◇RI理事「夫妻歓迎迎晩餐会」
◇2月7日(土)
◇本会議

2月6日・7日、パレスホテル東京と立川ステージガーデンにて国際ロータリー第2750地区地区大会が盛大に開催されました。主な大会プログラムは次の通りです。



東京八王子西ロータリークラブ

〒192-0083 東京都八王子市旭町 14 番 1 号 京王プラザホテル八王子 8F
TEL.042-649-3751 FAX.042-649-3753
<https://www.hachioji-west-rc.org>

会長 相川 博 幹事 立花 探 広報委員会 草間 剛 諸星宗幸 浅川立憲 金子裕二 松島 勝 淵上 安 山本俊明 藤巻 泰