



2024-25 年度テーマ



# 第2670地区 宿毛ロータリークラブ会報

■会長	池 和明
■直前会長	岡崎 利久
■幹事	竹田 米廣
■クラブ奉仕委員長	西岡 弘徳
■職業奉仕委員長	有田 裕彦
■社会奉仕委員長	保田 孝司 (青少年奉仕委員長兼)
■国際奉仕委員長	高瀬 一也 (SAA 兼)
■会計	田淵 満博
■副幹事	秋澤 誠
■理事	増田 博和

■例会日：毎週木曜日 12:30～13:30  
 ■例会場：宿毛市幸町 秋沢ホテル  
 ■事務所 〒788-0003 高知県宿毛市幸町 6-43  
 TEL 0880-63-3416 FAX 0880-63-3417  
 URL [sukumorc-test.m-quartz.com](http://sukumorc-test.m-quartz.com)  
 E-Mail [sukumorc@mb.gallery.ne.jp](mailto:sukumorc@mb.gallery.ne.jp)

例会報告 第2847回 令和6年10月9日(水曜日) 天気：晴 場所：新ロイヤルホテル四万十

- 例会司会：中村 RC
- 開会点鐘：中村 RC
- Rソング：
- お客様：米山奨学生 ゲンゴックホン様
- プログラム：米山奨学生の卓話

### 四つのテスト 言行はこれらに照らしてから

1. 真実かどうか
2. みんなに公平か
3. 好意と友情を深めるか
4. みんなのためになるか どうか

米山奨学生ゲンゴックホン様を招いての  
中村四万十宿毛、三ロータリークラブ合同例会でした。

### 日本と知識を征服するという私の夢

皆さん、こんにちは。高知工科大学出身の高知西ロータリークラブ奨学生、ゲンゴックホンと申します。わたしのカウンセラーは 山岡陸宏 さんです。今日は私自身、私の国、日本の印象、日本での経験、そして私の学習過程について話したいと思います。ベトナムのハノイで生まれました。彼らは私の両親です。妹一人がいます。私は結婚して 2 人の娘がいます。現在、夫と娘は私と一緒に高知に住んでいます。妹も結婚して息子二人がいます。世界地図で東南アジアを見れば、すぐに見つけることができる S の形がベトナムです。南西はタイ湾、東はトンキン湾と東海、北は中国、西はラオスとカンボジアに接しています。

面積 : 327,500 km<sup>2</sup>

人口 : 1 億 30 万人 (男性:49.9%、女性:50.1%) (2023)

密度 : 321 人 / km<sup>2</sup>(2023)ベトナムの首都はハノイ、主な言語はベトナム語、通貨はベトナムドンです。ハノイはベトナムの北部に位置しています。ハノイは古代の美しさで有名です。ヴァン ミーウ コック トウ ザームは、リー タントンの統治下 (1070 年) に建設されたベトナム最初の大学と考えられています。フク橋と一柱塔はユニークで優れた建築作品です。ハノイを訪れると、訪問者は鉄道沿いのカフェのユニークさを体験したり、色とりどりの自転車が、花を売っている素朴な通りを眺めたりすることができます。ホーチミンはベトナム南部に位置する大都市です。ここに来たら、ペンタイン市場、オペラハウス、クチトンネルなどの有名な場所を訪れることができます。クチのトンネルはまるで地下都市のようです。ここは歴史的遺物であり、戦争中にはベトナム兵士の避難場所でもありました。ベトナムには有名な観光地が数多くあり、外国人観光客も多く訪れます。その他、古都フエ、ニャチャンビーチ、フーコック...なども魅力的な観光地です。外国人観光客に愛されるベトナムの人気料理にはバインミー、フォー、ブンチャーなどがあります。料理ウェブサイト TasteAtlas は、ベトナムのバインミーを「世界のサンドイッチ トップ 100」のリストで 1 位にあげています。フォーはベトナムの人気料理で、地域ごとに味が異なります。他にもハノイコムやバインセオなどの名物料理もあります。コムは若いもち米から作られており、柔らかくて良い香りがします。私はベトナムの放送大学研究所の学部プログラムで勉強しました。その後、韓国の円光大学の修士課程に 2 年間留学しました。仕事については、大学卒業後、ベトナム農業遺伝学研究所に勤務しました。ここで私は、日本のGIAT と理化学研究所とのキャッサバに関する共同研究プロジェクトに参加する機会を得ました。その後の、2016 年からハノイ国立大学研究所で微生物学の研究に転向しました。また、幸運にもヤクルト社との腸内微生物学の研究サブプロジェクトに参加することができました。私は日本との協力プロジェクトに数多く参加していますが、これまで日本に足を踏み入れる機会はありませんでした。日本人と仕事をしたとき、日本人は きんべんで せきになんかがつよく ゆうしゅうで、こうりつてきに仕事をすすめる人達(ひとたち)だと感じました。日本では日本人(にほんじん)の優れた側面を学びたいと思っています。2022 年 10 月に高知工科大学の博士課程に参加する機会があり、日本に来るきっかけとなりました。現在、私は細胞増殖制御研究室で博士論文の研究に参加しています。私は DNA の過剰複製について研究しています。細胞分裂は生物の成長の基礎です。細胞のゲノムは世代を超えて正確に受け継がれます。細胞分裂中に、DNA は 1 回だけ複製されます。DNA が複数回複製される場合、それは過剰複製と呼ばれます。過剰な複製は、DNA 複製に関与するタンパク質をコードする遺伝子の変異によって引き起こされる可能性があります。過剰な DNA 複製は遺伝子ゲノムにエラーを引き起こし、これががんの原因の 1 つとなります。WHO の国際がん研究機関 (IARC) が発表したデータによると、がん症例数は世界中で新たに 1,410 万人 (2012 年) から 2,000 万人 (2022 年) へと急速に増加しています。2022 年にはがんにより約 970 万人の命が失われることとなります。通常、DNA 損傷が発生すると、細胞はゲノムの完全性を維持するために修復機構を活性化します。しかし、私たちの実験では、過剰な複製によって引き起こされた DNA の損傷は修復できませんでした。この状態は遺伝的不安定性を悪化させ、がんのリスクを高めます。高知に来て以来、ここでの生活はとても平和で、自然は美しいと感じました。ここでは、多くの日本人や外国人の友達と交流し、友達を作る機会があります。日本に住んでいる間、日本とベトナムの文化には多くの類似点があることに気づきました。日本とベトナムでは、新年の幸運を祈るために誰もが寺院に行く習慣があります。おみくじも両国で非常に人気があります。浅草寺と吉備津神社(きびつじんじや)で引いたおみくじです。日本の彼岸やお盆の儀式と同様に、ベトナムでも同じ時期に故人を偲び、お墓の掃除をする祝日があります。いくつかの種類のケーキは日本のお餅と同様にベトナムの米から作られています。日本語では朝の挨拶は「おはよう」、午後は「こんにちは」、夜は「こんばんは」ですが、ベトナム語では「シンチャオ」だけつかいます。料理に関しても、いくつかの違

いがあります。日本人は生の魚を食べるのが好きですが、ベトナム人にはその習慣がありません。しかし、現在では文化交流の影響でベトナムでも生魚料理の人気が高まっています。ベトナムには日本食を提供するレストランが数多くオープンしています。これらの店舗は、特に若者や日本に在住・在勤している人たちの間で人気が高まっています。今年の 1 月に夫と 2 人の娘が日本にきました。私の 2 人の子供は高知の幼稚園と小学校に通っています。ここに住んでいる間に子供たちが私と一緒に面白いことを体験できることを願っています。ご清聴ありがとうございました！

Xin cảm ơn



■ニコニコ報告 無し

■出席報告 伊与田事務員

本日の出席率 48%