

THE ROTARY CLUB OF CHOSHI

銚子ロータリークラブ会報

国際ロータリー第2790地区

創立 昭和32年3月23日

RI承認 昭和32年4月15日

会長 大里 忠 弘

副会長 宮内 榮

幹事 金島 弘

会計 金子 芳 則

2012～2013年度 RIテーマ

奉仕を通じて平和を

Peace Through Service

2012～2013 RI会長 田 中 作 次



例会日時 毎週水曜 12:30～

例会場 銚子商工会館5F大会議室

事務所 銚子市三軒町19-4

銚子商工会館内

電話 0479-25-3111(会館)

0479-23-0750(専用)

ファクス 0479-25-8789

e-mail rotary@choshinet.or.jp

URL <http://www.tcs-net.ne.jp/~crc>

第2726号 (2012年9月12日発行)

今週のプログラム

『ガバナー補佐訪問』

第7分区ガバナー補佐 栗田壯一 様

(八日市場RC)

前回の例会報告 (9月5日)

点鐘： 大里 忠 弘 会長

国歌斉唱、ロータリーソング：奉仕の理想

会長挨拶

今月は「新世代のための月間」です。未来を託すべき次代の担い手として青少年に積極的な役割を期待し、より良き未来の為に新世代の生活力を高め将来への準備をさせることがロータリアンの責務とされています。我がクラブとして、まずは千葉科学大学RAクラブの大いなる発展が望まれるところであります。

8月30日からもう一つのオリンピックと言われるパラリンピックが世界164カ国約4200名が参加しロンドンで行われています。我々はどうも先に行われていたオリンピックにばかりに目を奪われ、パラリンピックを忘れがちです。テレビでも最近だいたい報道はされるようになりましたが、まだニュース番組で取り上げられる程度なの

で実際の試合はなかなか目にする事ができないのが実情ではないでしょうか。国際的な障害者のスポーツ大会は、1924年にパリで開催された第一回国際ろう者スポーツ競技大会であり、現在のパラリンピックの形へと発展したのは第2時世界大戦後で、1944年イギリスのチャーチル首相らが戦争により負傷した兵士の治療と社会復帰を目的にロンドン郊外にあったストーク・マンデビル病院内でスポーツを治療に取り入れる方法を用いたのが原点だそうです。1948年7月28日時のロンドン・オリンピックに合わせてストーク・マンデビル病院内で16名の車椅子患者によるアーチェリー大会を開催。この大会は毎年開催され1952年にはオランダが参加するようになり、国際競技会へと発展し、これが第一回ストーク・マンデビル大会となりました。その後、1960年ローマオリンピック同年同地にて開催された当国際大会が第一回パラリンピックと位置づけられているそ



新入会員鴨志田会員へのバッジ贈呈



第2790地区

ガバナー 得 居 仁 (松戸東RC)

会報委員

大岩將道、坂本尚史、越川信一

うです。過去夏季大会が14回冬季大会が11回行われています。オリンピック同様我が国選手の活躍を期待したいところです。因みに現在のメダル獲得数は金2個銀3個銅2個です。

先日、ご案内が皆さん宛に送られたと思いますが、「銚子プレミアム付商品券」この1日2日で4000冊販売されたそうですが、本日もここ会議所で販売されております。「中小商業者等に経済効果をもたらし、地域経済の活性化を図る」趣旨だそうなので社会奉仕の一環としても、是非みなさんご協力お願い致します。



松本会員への委嘱状交付

会長報告 第3回理事会報告

- 第1号議案 9月10月11月プログラムの件
・・・原案承認
- 第2号議案 ガバナー補佐訪問クラブ協議会の件
・・・原案承認
- 第3号議案 ガバナー公式訪問の件・・・原案承認
- 第4号議案 新入会員カウンセラーの件
・・・上総泰茂会員
- 第5号議案 観月会の件
・・・新入会員、事務局員歓送迎会同時開催
- 第6号議案 第7分区ロータリー情報研究会の件
・・・10月7日(日) 受付：午後1:30、開始：午後2時、会場：匝瑳市民公会堂、テーマ：「職業奉仕に生きること 語り合い 誓い合おう」

会員の記念日

- ◇ 創業記念日おめでとうございます
宮内清次会員(9月1日)

幹事報告

1. 週報拝受 ……館山RC、銚子東RC
2. 第2回ローターアクト合同会議開催について
・・・ガバナー事務所
3. R情報研究会開催について
・・・ガバナー事務所
4. 第11回ロータリー全国囲碁大会の御案内
・・・ガバナー事務所
5. 広報誌 ROTARY ロータリー世界と日本(第5版) 注文書 ……ロータリーの友事務所

例会変更

- 佐原香取RC：9月17日(月) 休会
成田南RC：9月27日(木) 夜間移動例会
銚子東RC：9月25日(火) 夜間移動例会

お客様

- ◇ 卓話者 森 雅博様(千葉科学大学)

新入会員入会式



鴨志田 明人 会員

勤務先：太陽の里
(支配人)

職業分類：ホテル

所属：親睦活動委員会

委員会報告

- ◇ 親睦委員会(石毛委員長)
観月会に際して、越川・鴨志田両会員・河野事務局員の歓迎会と鈴木前事務局員の送別会及び商工信用事務担当者の紹介を行います。

- ◇ クラブ情報委員会(高橋委員長)

ロータリーの友9月号の紹介

p5～：新世代のための月間。p22～：旧交を温めロータリーを語る。p15：旭 RC のバナー紹介。

委嘱状交付

◇ 松本 恭一 会員

12-13 年度 2790 地区 RYLA セミナー実行委員会委員

ニコニコ

なし

卓話

銚子の生活で調子良くなる生活習慣病

千葉科学大学薬学部教授 森 雅 博 様



今日は、銚子市民のみなさんに支援を頂いて、本学の韓国人留学生（薬学部薬学科5年、金ユリさんのお話をさせていただくと同時に、銚子のみなさんの生活が、数倍良くなる蘊蓄（うんちく）

を、難しいお話なしに、雑談風にお話しさせていただきます。

サンマの恩恵（目黒のサンマならぬ、銚子のサンマ）

さて、銚子といえば、魚、特に青魚（イワシ、サバ、サンマ、アジ）の消費は、関東でも高い地域のひとつです。銚子は、サンマの寿司が食べられる恵まれた場所です。何故、サンマは傷みやすいのでしょうか、DHA とか、EPA なんて、名前聞いたことありますね。頭が良くなる脂肪酸なんていっていますが、これが酸化されて腐敗が進むから傷むのですが、実はこの2つは、私達の身体の中で非常に大切

な役割をしています。私達の血液は、脱水症状になったり、血管が狭まったりすると、血栓という血の塊が形成されます。これが、脳の血管を塞げば脳梗塞、肺の血管を塞げば肺塞栓、冠動脈を塞げば心筋梗塞になります。とれたてのサンマやアジを沢山消費する銚子の人達は、この EPA, DHA を沢山摂取しているので、血栓形成を阻害する TXA3 という物質が沢山できて、血液がサラサラでいられるのです。”銚子のサンマ”に感謝したいところですね。

しょうゆの恩恵（老人を生き活きさせるイソフラボン）

さて、銚子と言えば、高齢で長生きの女性が多いことでも有名です。何故、女性の長生きに銚子の食べ物が貢献するのか？先ほどのサンマの話も長生きの秘訣ですが、もう一つ、蘊蓄をお話ししましょう。女性は、閉経後、急速に骨がもろくなります。これは女性ホルモンであるエストロジェンの分泌が減少するからです。大豆製品に多く含まれるイソフラボンは、このエストロジェンの働きを補います。豆腐や納豆を潤沢に食べると、背骨がシャキッとしていつまでも若々しくいられるのはこのためです。また骨粗鬆症の治療薬にもなっているほど、我々は、このイソフラボンの恩恵にあやかっています。かの水戸藩藩主、水戸光圀公が長生きされたのも、納豆を醤油で食べていたからかもしれません。

しょうゆは諸刃の剣（もろはのつるぎ）

しょうゆには実は、悪い面もあります。それは塩分、醤油を多く消費する地域では、ナトリウムの摂取量も多く、これが心臓の負担を増やします。塩分の過剰摂取は、循環血流量を増やして、血圧を上げ、腎臓の負担も増やします。また、心臓自身の負担も増やし、肺をうっ血させ、時に呼吸困難になることもあります。心不全の患者が塩分制限をするのはこのためです。

お勧めは「だし割り醤油」醤油の風味を持ちながら、塩分は少なく、うまみ成分であるグルタミン酸やイノシン酸を多く含むので、体に負担を掛けずに、食生活を維持できます。

血管は「柳に風」が大切

柳の木は、さして丈夫な木ではないのに、台風が来ても、根こそぎ倒れるということはありません。風の強さに合わせて自らしなやかにたなびくからです。我々の血管も同じで、動脈硬化にならずにしなやかさが保てれば、長生きすることができます。今日の蘊蓄を糧に、日々健康に過ごしていただければ幸いです。



職業奉仕委員長就任挨拶

委員長 島田 洋二郎

銚子ロータリークラブへ入会させて頂いてから早いもので5年半となりました。初年度に副幹事、その後、幹事、親睦委員長、社会奉仕委員長、昨年度は広報・会報委員長を務めさせていただき、その間、2009-10-11年度に地区幹事、昨年度は地区の社会奉仕委員と、3年間地区へ出向し、貴重な経験をさせていただくことも出来ました。

職業奉仕はロータリーの「金看板」と良く耳にします。

「ロータリーの木」に例えれば、クラブ奉仕の根に支えられた職業奉仕は幹、そこから枝がのび、葉が茂り、花を咲かせ、実をつけるのが社会奉仕、国際奉仕、新世代奉仕です。職業奉仕は会員一人ひとりが生活をしていく上で、またその生業の中で根幹となるもので、「金看板」という華やかな呼称はともかくとして、実直に、地道に実践をしていくものだと思います。

本年度の得居 仁ガバナーは「職業奉仕の率先、垂範」を第一に掲げられています。また、9月には第6・第7分区合同の「地区職業奉仕委員長セミナー」という新しい試みも開催されます。この度、職業奉仕委員長を仰せつかることとなり、まずは一年間をかけて、自分自身が職業奉仕についての勉強をさせて頂ける機会ととらえ、ロータ

リーに対する知識も経験も豊富なクラブ研修委員会（小田島委員長、加瀬副委員長）、クラブ情報委員会（高橋委員長、伊東副委員長）皆さんのお知恵もお借りし、一步、一步活動をしていきたいと思ひます。

【出席報告】

会員総数 40名 出席計算 39名
出席：32名 欠席7名 出席率 82.05%
欠席：石川君・伊東君・栢尾君・宮崎君・大岩君・杉山君・内田君

【M U】

大岩君（9/4 銚子東）・杉山君（8/28 成田コスモポリタン

△地区R財団・国際奉仕合同委員会（8/31）

織田君

【ニコニコ】

ニコニコBOX	¥ 2,000	計	¥ 85,000
スモールコイン	¥ -	計	¥ 16,635
米山BOX	¥ 2,850	計	¥ 11,391

次週のプログラム(9月19日)

『 観月会移動例会 』

会場は「太陽の里」

18:00 例会

18:30 観月会

バスは 17:30 に市役所を出発します

編集後記

委員長挨拶の例会にご欠席で原稿を頂いていた島田職業奉仕委員長の就任挨拶を、遅れながら掲載させて頂きました。島田委員長、申し訳ありませんでした。

9月に入りましたが、相変わらず小雨・高温の天気が続いています。利根川水系の水源では取水制限も始まったそうです。銚子の水源は大丈夫なのでしょう。夏の節電に続いて、今後は節水が求められそうです。

来週は観月会です。歓送迎会も同時開催ですので、大いに楽しみたいと思ひます。(T.S.)