



とっばずれ



銚子東ロータリー・クラブ Weekly Bulletin NO. 2005



つつじ 提供：宮内 宗一 会員 (23)

第2005回 例会 平成25年5月21日

点 鐘 … 石上 明宏 会長
ロータリーソング … 我等 の 生 業
来訪ロータリアン紹介

… 親睦活動・家族委員会

会 長 挨拶 … 石上 明宏 会長
御 祝 披 露 … 石上 明宏 会長
誕 生 祝 … 藤崎 一成 会員(5月18日)
結 婚 記 念 日 … 大木 忠 会員(5月20日)
入 会 記 念 日 … なし

幹 事 報 告 … 藤崎 一成 幹事

ニコニコBOX … 親睦活動・家族委員会

卓 話

「胡蝶蘭栽培とフラワービジネスの
展望について」

(有)椎名洋ラン園 椎名 輝 氏

出 席 報 告 … 出席・プログラム委員会

第11回定例理事役員会 (例会終了後)

来週のプログラム (平成25年5月28日)

創立記念例会「銚子プラザホテル」

受付 18:00 点鐘 18:30

卓 話

「RI会長」と「RIテーマ」について

狩野 勉 会員



Peace through Service 奉仕を通じて平和を

2012~2013年度 RI会長 田中作次



四つのテスト

言行はこれに照らしてから

- 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

第2004回例会(平成25年5月14日)

会長挨拶

石上 明宏

先週はGW. 明け直後の為、休会にしましたが、今日は、昼例会、夜新旧クラブ協議会とダブルヘッターとなりますので各委員長さんは宜しくお願いいたします。また、16日は分区にてゴルフですが、我クラブから9名参加です。こちらにも重ねて宜しくお願い致します。それでは会長挨拶に入ります。

いびきや歯ぎしりなど、寝ている時に無意識にやっていることは多いもの。それらには理由があり、放置していると身体に悪影響を与えるものもあります。

いびきをかいてしまう多くの場合、睡眠中に喉がふさがることによって一瞬呼吸が止まり、喉を通る空気が内壁にぶつかって発生する音がいびきとなります。いびきで危惧される病気に睡眠時無呼吸症候群というものがあり、無呼吸による酸欠から、高血圧や不整脈を誘因するなどがあります。太っている人などは、喉が脂肪で狭くなってしまうため、いびきをかきやすくなります。また、あごが小さい、首が太くて短い、鼻の通りが悪い人も、睡眠時に呼吸がしにくくなってしまいうため、いびきをかきやすいと言えます。いびきは病院で喉を押し広げるなど、治療することができます。自分でできる対処法としては、舌根が下がらないように横向きやうつ伏せになって寝ることだそうです。また、絆創膏を口に対して斜めに貼ることで、口が開くのを防ぐ方法もあります。絆創膏がはがれてしまう場合は、外科用テープで補強をしましょう。

次に、歯ぎしりをしてしまう、歯をカチカチ鳴らす、ギリギリと歯をすりつぶすなどですが、歯ぎしりをしている時は、そしゃく時の2倍以上の力がかかっているそうです。頭が起きていれば抑制が利きますが、睡眠中は利かないため、歯を摩耗させる、顎(がく)関節症(顎が鳴る、口が開かない、顎が痛いなど)を引き起こす、顎関節症ゆえに肩こりになるなどにつながってしまいます。歯ぎしりの原因はまだ解明されていませんが、ストレスによるところが大きいと考えられているため、日常生活におけるストレスを減らすことが必要です。

基本的なことですが、十分な睡眠や規則正しい生活のリズムを身に付けるようにしましょう。また、アルコールやタバコに含まれているニコチンは精神的にも身体的にもストレスを与えやすいので、摂取量を控えるのも対策

のひとつだそうです。歯科などでは、マウスピースによる治療を行っていますが、摩耗から歯を守るという意味でも対策になると言えます。また、顎の筋肉の力を落とすタイプの睡眠薬もあるので、自分が歯ぎしりをしていると思ったら専門医に相談してみるのもいいでしょう。

寝言を言ってしまう寝言は子どもの頃によく見られ、成長とともに減っていきます。寝言のメカニズムはよく分かっていないところが多いですが、夜驚症(寝ながら奇声をあげる、寝ぼける、大声で寝言を言うなど)であっても、思春期までに多くの場合が自然とよくなります。思わぬことを言って恥ずかしい思いをすることはあるかもしれませんが、通常は特に心配しなくてもいいそうです。一方で、病気に起因する寝言もあるとのことなので注意も必要です。例えば、インフルエンザなどの高熱が伴う病気にかかった時や、外傷後ストレス障害など強いストレスを感じている時、また、睡眠時無呼吸症候群などでも寝言を発することがあります。対策としては、それらの原因になっているものを治療・改善することがあげられます。また、抗うつ薬や心不全治療薬などの、薬の副作用で寝言が増えることもあるため、当てはまる人は主治医に相談してみましょう。

睡眠中に手足がピクピク動く周囲の人が見てかろうじて分かる程度のもから、布団を蹴り落としてしまう程度のもまであります。傾向として、夜間睡眠の前半から中ほどにかけて生じることが多いそうです。自分では気付きませんが、身体は動いているため深い睡眠が得にくくなり、寝覚めが悪くなることもあるそうです。また、回数が増えるほど眠りが浅くなるため、日中にも眠気を感じるようになります。こうしたピクつきが頻繁に見られれば、周期性四肢運動障害という病気の可能性が考えられます。専門医への問診で病気か判断されれば、薬による治療ができます。また、カフェインの取りすぎもピクつきの原因となります。特に就床前4~5時間の摂取は避けた方がよいとのことです。

過労やストレスは病状を悪化させるため、忙しい時ほど早めに休息を取るようにしましょう。

幹事報告

- 1・ガバナー事務所より
 - ・第6回ローターアクト合同会議開催のご案内
 - ・バギオだより第36号
 - ・Tech Talk 2013年04月
 - ・第1回ジュニアRYLAセミナー参加案内(再募集)
 - ・2013年規定審議会議事録の件 受領
- 2・ガバナーエレクト事務所より
 - 次年度委員会名変更のお知らせとお願い 受領
 - 新世代奉仕委員会→青少年奉仕委員会
- 3・習志野RCより
 - 50周年記念式典並びに祝賀会のご案内 受領

- 4・ロータリー米山記念奨学会より
ハイライトよねやま 158 受領
- 5・例会変更のお知らせ
佐原香取RCより
5/20(月)→5/18(土) 点鐘 18:00 「吉庭」
移動例会の為 受領
- 旭RCより
5/31(金) 点鐘 18:30 「黄鶴」 夜間例会の為 受領
☆週報受領 鹿島臨海RC 八日市場RC 銚子RC

卓 話

「江戸時代の銚子 I」

郷土史探究会 平野 恭男 会員

江戸時代の話 その1 銚子の支配

江戸時代の銚子
と言えば高崎藩の
飛地で陣屋町に
「銚子陣屋」があ
って支配していた。
というのが定番で
すが、今の市制区
から言えば中心だ
った村を含み14ヶ村だけが高崎領で他は他の大名や旗
本等が支配していました。



初期の様子についてお話しします。
徳川家康が関ヶ原の戦いに勝ち江戸幕府を開きました。
最初に銚子地方を支配したのは、三河以来の譜代の家臣
松平外記伊昌で、海上郡に11ヶ村、香取郡に3ヶ村を
所有し、飯沼村に陣屋を置きました。当初の石高は2千
でその後検地を実施するなど支配を整備していきました。
また江戸幕府は東北地方の物資を運ぶ水路として利根
川に着目し工事を進め1654年(承応3年)に完成し、
江戸と銚子の水路は一本で結ばれました。この事により
銚子の重要性は増していきました。

銚子という地名はこの頃文献に表われました。
松平外記の支配下の各村は一時幕府の直轄領になり、
その後1709年(宝永6年)間部越前守の所有になり、
その8年後の1717年(享保2年)に高崎藩松平右京
大夫輝貞の領地となり以後明治まで150年間統治され
ました。

時代によって石高は違いますが、当時の高崎藩領17
ヶ村は、5,010石で人口は2万4千人位でした。
その後、漁業や醤油醸造業が盛んになると、その石高
は一万石を越えたといえますから、高崎藩にとっても銚
子は重要な領地でした。

高崎の殿様は老中とか大阪城代の様な幕府の要職につ
いていまして出費も多く、銚子の年貢は江戸に運ばれま
した。

江戸時代の銚子の様子は飯沼村の名主も務めた醤油醸

造業者(ヒゲタ) 田中玄蕃の歴代の当主の日記でわかり
ます。通称『玄蕃日記』と言われているが、天候から
様々の記録を記しています。

江戸時代の話 その2 銚子の支配者

高崎藩領は飯沼・新生・荒野・今宮・高神・小川戸・
三崎・本城・長塚・垣根村・四日市場・岡野台・野尻・
小船木村と今の旭市の蛇園・見広・後草村でした。

当時の銚子は40ヶ村以上の村があり、上記以外の村、
は幕府直轄や、他の大名、旗本が納めていました。

江戸時代の銚子は利根川水運が銚子・江戸の一本化に
なってからその重要性は増し、親藩や旗本に統治させま
した。

江戸時代の日本は、よく言われていますが60余州あ
りまして石高およそ3,000万石。その内の四分の一
は徳川家が占めていました。徳川幕府260年の間、領
主は国替えや取りつぶし等があり、銚子の村も同じ殿様
ではありませんでした。

将軍が直接統治する地を天領と呼んでいましたが銚子
も11ヶ村ありました。四日市場・余山・三宅・赤塚・
芦崎・中島・正明寺・諸持・常世田・親田・埴村がそう
です。

この他旗本領は、松本・松岸・柴崎・高野・高田・船
木台・三門・塚元・猿田・桜井・下森戸・宮原・東篠本・
八木・小浜村で、大名領は、高崎藩以外に忍・富川村が
小見川藩、辺田村は安中藩でした。

これらの村は、単独で納められているばかりでなく、
「相給」といって複数の殿様がいた村もありました。

例えば八木村は旗本5人の持ち合いでしたし、辺田村
は安中藩ですが、旗本4人と持ち合いで、5給でした。
また、四日市場村は天領ですが、高崎藩との持ち合いで
した。

銚子の村々は江戸に近いという事で、大きな大名は置
かず、旗本等を分散させて納めさせていました。ですから
銚子には多くの殿様がいました。

銚子地方が一つでなかった為、今も中々一本にまとま
らない気風が生れたかもしれません。

江戸時代の話 その3 義人の支配者 庄川左衛門

銚子は高崎藩の飛地として統治されていました。銚子
陣屋には郡奉行1名、代官2名を派遣し17ヶ村を治め
ていました。(天明年間の銚子陣屋の代官は1名でした)

天明3年浅間山の大噴火し降灰で作物はだめになり、
前年の長雨、洪水等で作不作、凶作になり、関東東北地方
は飢饉になりました。(天明の飢饉)浅間山の噴火の灰は
銚子地方まで降り9cm以上も積もったといえます。

時の代官は庄川左衛門で、藩に救済を要請しまし
たが、藩ではそれどころではなく反対に御用金を要請され
ました。そこで代官庄川左衛門は苦しむ農民に米を与
え救済にあてました。

また、天明6年の飢饉にも、米700俵と金100両を救済にあてました。更に多くの米とお金を農民達に与えました。そのお蔭で銚子地方の農民は飢え死にすることなく助かったという言い伝えがます。この事は左衛門が亡くなってから33回忌に高神に建てられた碑によってわかります。

碑には、上記の他、高崎に戻った左衛門が病死したと書かれていますが、銚子には、独断専行の責任を取り自刃したという言い伝えが根強く残っております。

現代でも銚子地方の盆踊りには庄川左衛門を偲んで作られた「じょうかんよう節」が踊られています。

「士農工商」という身分制度があった時代に支配階級の武士が自分の命と引き換えても人々を救ったならこれは義士であり義人でありもっともっと顕彰すべきと思われます。

(資料：銚子市史 他)

新旧クラブ協議会

日時：平成25年5月14日
会場：大新（中央町）



———ニコニコ———

川津光雄君

5月9日（木）銚子セレクト市場ゴルフ大会へ当クラブから多数の参加ありがとうございました。

前回の例会（5/14）報告

点 鐘 石上 明宏 会長

出席報告

会員総数 40 名 出席規定除外数 7 名
出席者 24 名 出席率 64.87 %
4月23日 確定出席率 67.57 %

来訪ロータリアン なし

欠席者 13名

メーカーアップ

網中君 藤崎君 長谷川君 平野君 堀君 石上君
石井君 釜谷君 狩野君 川津君 木村君 黒田君
宮川君 宮内(博)君 宮内(勝)君 宮内(幸)君 森君
大内君 杉浦君 杉山君

(5/14新旧クラブ協議会)

藤崎君 石上君 川津君 黒田君 宮川君
宮内(博)君 宮内(勝)君 澤田君

(5/16第7分区ゴルフ大会)

石上君 (5/18鹿島臨海RC)

スモールコインBOX

小 計 ￥ 2,052-

累 計 ￥ 83,977-

ニコニコBOX

小 計 ￥ 5,000-

累 計 ￥486,600-

銚子東ロータリー・クラブ

銚子市三軒町19番地の4 銚子商工会館内 TEL0479(23)0750 FAX0479(25)8789
メール c-higashirc@tcs-net.ne.jp URL <http://www.tcs-net.ne.jp/~rc>

例会日時及会場 毎週火曜日 12時30分点鐘 銚子商工会館5階大会議室
会長 石上 明宏 副会長 宮内 博 幹事 藤崎 一成
クラブ広報・会報委員会 川津 光雄・福田 昭浩・平野 恭男・杉浦 武
表紙題字 網中喜一郎初代会長

R. I 第2790地区

ほととぎす 銚子は国の とっぱずれ

古 帳 庵

江戸小網町の豪商鈴木金兵衛夫婦（古帳庵 古帳女）が銚子に遊んだときに詠んだもので、この碑は圓福（円福）寺に現存する。