

FUJIEDA ROTARY CLUB

Weekly Bulletin

例会：毎週水曜日 小杉苑 藤枝市青木2-2-48 TEL 054-641-3321
事務局：藤枝市青木1-9-16 TEL 054-647-2300 FAX 054-647-2040

会長：柳原寿男 副会長：鈴木廣利
幹事：宮川邦光 副幹事：松葉隆夫



2004-2005年度
R1テーマ

ロータリーを 祝おう

100年の歩み

グレンE.エステス・シニア



可睡ゆりの園にて

[写真提供：櫻井 龍太君]

第1589回

<ソング>ROTARY

<ソングリーダー>岩崎 四郎君

CELEBRATE
ROTARY



会長挨拶

柳原 寿男君

8月13日アテネオリンピックが開幕して約2週間経ちました。連日連夜、興奮と感動が伝わって来ます。日本選手の活躍は、明るい話題と寝不足をもたらしたようです。

此の様な折、私共のクラブにとって大変残念なお知らせをする事になりました。

当クラブ創立時よりの会員であり、第3代の会長を務められた橋本守君が退会されることになりました。会員の皆様は此の数年、ご不自由な足を引き摺るようにして、小杉苑の玄関から此の例会場までゆっくりゆっくり歩いて来られた橋本さんのお姿を、想い浮かべられることでしょうか。今年の春頃でした「先生が会長の時には辞める訳にも行かないなあ」とおっしゃってくれたのですが・・・。6月に最愛の奥様を亡くされてから、気力も盡き果てたのでしょうか。いつも浮かべておられた穏やかな笑顔も、此の例会場で御目に掛かることも出来なくなりました。誠に痛感の極みです。

先週は江崎君、櫻井君、小西君の御三方から、終戦の頃の体験談など各々の立場でお話いただきましてありがとうございます。その中で小西君の食べ物無かった話とか、空地进行した石ごろだらけの畑で、カボチャやいもなどを作られたことを聞いて、大いに共感しました。

当時、私は国民学校6年で、その春に東京から米沢(山形県)に疎開して来ました。食糧難は何処も同じでひもじい思いをさせられました。大豆を田んぼの畦道は無論のこと、通学路の両側や広

い校庭にまでびっしりと植えた覚えがあります。大豆はどんな土でも育ったからです。肉や魚の乏しかった当時の蛋白質の補給に大変役に立ったわけです。「畑の肉」と呼ばれる程、蛋白質が豊富です。細胞組織の修復や成長を促すリジン、肝機能増強作用のあるロイシン、更にメチオニンなどの必須アミノ酸もバランスよく含有されており、脳を活性化させボケ予防に効果のある「大豆レシチン」、「大豆サポニン」は動脈硬化を引き起こす過酸化脂質の生成を抑える働きがあるといわれています。その他、オレイン酸、リノール酸、リノレン酸などの脂肪酸が血管壁に付着したコレステロールを除去したり、ビタミンB群、ビタミンE、カルシウム、鉄分も含まれています。最近では「大豆イソフラボン」の成分が、女性ホルモンのエストロゲンと同じ様な働きをすることで注目されています。骨粗しょう症は骨量が減少することで背骨が曲がったり、骨折し易くなる病気ですが、エストロゲンの急減する閉経期より急増します。この予防や性ホルモンに関係する悪性腫瘍(前立腺がん、乳がん等)の予防効果に関する研究も進んでいます。又、豆腐を作る時の絞りカスである「おから」も、食物センイの含有量が多く大腸がんの発症を抑え、肥満や糖尿病の食事療法としても有効なのです。

残念ながら最近の若い人は、ほとんどが大豆を十分に食べなくなったという調査の結果もあります。豆腐、納豆、きな粉、豆乳、油揚げなどを、毎日の食事に乗せてもらいたいと思います。食事由来の生活習慣病が問題となっている現在、食糧

の乏しかった終戦の頃の食材料を振り返ってみましょう。最後に、マ(豆)ゴ(ゴマ)ワ(ワカメ=海藻)ヤ(野菜)サ(魚)シ(椎茸)イ(イモ)。お(お茶)さ(魚)か(海藻)な(納豆)す(酢)き(キノコ)や(野菜)ね(ネギ)。毎日の食事の取り合わせのご参考まで。

理事会報告 宮川 邦光君

- 9月のプログラムが承認されました。
- 2003～04年度会計が承認されました。
前年度会計石垣君より説明がありました。
本年度から元帳に地区分区活動費の勘定科目を設ける事。
- 橋本守君の退会が承認されました。
- 10月31日(土)開催の地区大会出席者が承認されました。
理事及び各委員長が出席義務者
- 9月の理事会開催日が承認されました。
9月1日(水)13時30分から

幹事報告 宮川 邦光君

- 国際ロータリー2004年規定審議会より決議報告書が届いております。
- 国際ロータリー第2620地区渡邊ガバナーより新潟・福井災害義援金の依頼が届いております。9月の審議会で検討致します。
- 2005年6月18日～22日イリノイ州シカゴで開催される国際ロータリー100周年記念年次大会への参加申し込み用紙が届いております。(締切日2005.4.30 尚、2004.12.31迄に登録すると登録料の大幅な割引があります。)
- 2005年スペシャルオリンピックス冬期世界大会協賛の依頼が届いております。9月の理事会で検討致します。
- (財)麻薬・覚せい剤乱用防止センターから「ダメ・ゼッタイ」国連支援募金に対する協力お願いの文書が届いております。9月の理事会で検討致します。
- 焼津南ロータリークラブ吉田会長より「米山奨学生」卓話依頼の文書が届いております。

- 藤枝国際友好協会事務局からFIFSニュースが届いております。
- 静岡ロータリークラブ、静岡西ロータリークラブ、静岡北ロータリークラブから会報が届いております。

出席報告 松葉 隆夫君

本日のホームクラブ 出席者	前回の補正出席者
29 / 41 70.73%	31 / 41 75.61%

- (1)欠席者(事前連絡とメーキャップをどうぞ)
飯塚君 酒向君 鈴木廣君 成瀬君
村松宏君 浅川君 板倉君 仲田晃君
鈴木舜君 村松英君 望月志君
- (2)メーキャップ者
村松 宏一君(榛南) 鈴木 廣利君(榛南)

委員会報告

- 前年度会計 石垣 善康君
2003～04年度 決算報告について
- ロータリー財団委員長 村松 徳君
8 / 21ロータリー財団セミナー出席について
- 新世代委員長 増田 國衛君
9 / 19 藤枝市少年サッカーリーグ戦閉会式
20 藤枝ロータリー旗少年剣道大会
出席のお願い

外部卓話

すみれの家 所長 石上繁夫様

施設のあらまし

施設種目

心身障害者小規模

授産通所施設

目 的

一般社会で直ちに

就業する事が困難な心身障害者を対象に作業を通じて勤労意欲を高め生活指導訓練を行い、人間関係を豊かにし、もって障害者の福祉の増進



を図ることを目的とする。

設置者 藤枝市

管理運営 藤枝市手をつなぐ親の会

定員 B型 20名(各施設共)

職員数 所長・・・ 1名

指導員・・・ 3名(各施設共)

<第一すみれの家>

藤枝市瀬古2丁目23-13

電話(054)-643-6525

作業種目 (1)洗濯ハンガー加工

(2)花火部品加工

(3)キャップパッキン詰

<第二すみれの家>

藤枝市高柳2丁目1-6

電話(054)636-2240

作業種目 (1)洗濯バサミ

(2)ハンガー加工

(3)医療部品加工

(4)ダンボール組立

<第三すみれの家>

藤枝市郡744-1

電話(054)645-1133

作業種目 (1)洗濯ハンガー加工

(2)キャップパッキン詰

(3)医療部品加工

(担当/桜井富)