

金澤北ロータリークラブ

1993年2月25日 第482号

例会日：木曜日 12:30～13:30
 例会場：金沢市東山1-38-30・松魚亭
 TEL<0762>52-2271 FAX52-2273
 事務局：金沢市尾山町9-13・金沢商工会議所
 TEL<0762>22-2525 FAX24-2882
 会長：吉田 富士夫 幹事：磯野 洋明
 情報委員長：辻 利陽 会員86名

おいしい酒は五臓六腑にあり

北陸病院 栄養士

植田 洋子氏



お酒の原語をたどってみますと栄えると言うことに説があるそうですが、たしかに適量のお酒は血管を広げ、血のめぐりをよくし、ストレスを和らげ、善玉のコレステロールを造ると言うのはよく知られた事実です。お酒を飲みますと胃の方で2割位吸収され8割が腸から吸収されます。そして一気に肝臓へ肝臓へと流れ込んで行きます。残念ながら肝臓ではアルコールは栄養でなく毒物とみなされます。アルコール脱水素酵素とMEOSと言うものによって中間物のアセトアルデヒドと言うものになる。そしてもう一度分解されアセテートと言うものにならないのですが、アセトアルデヒドがいつまでも残って肝臓に積り積ったのが肝硬変です。アセトアルデヒド脱水素酵素はミネラルと言うものが無いというまく働きません。マグネシウム・銅・ビタミンB・鉄と言ったもので分解がスムーズに行くわけです。こうしてアセテートになりますと筋肉に使われますが、あまり体が動かない時は脂肪組織で脂肪肝となる。お酒はたっぷりエネルギーをもってあります。どちらかと言えば「飲む油」と言うふうに思っただけならばよいかと思えます。最近の報告では一日のエネルギーの50%をアルコールで取ると脂肪肝になりやすいとわかっています。アルコールで肝臓機能を判定する時は、GTP・GOT・TBIL・中性脂肪そして血液中のアミラーゼと言うものも判定に加わるかもしれません。このように考えてみますとおいしいお酒はどのように飲んだらいいかと言うと「1口飲んで2口食べる」。2番目に「1口飲んだら3口はなす」。3番目に「外で飲んだら2日あける」。4番目に「内で飲んででも週2回あける」。最後に前にも話しました様に「お酒はのむ油なり」。

皆様に一言だけ言っておきたいと思えますのは「僕が全力で一生守ります」とご自分の肝臓をいたわっていただければ私の役目もはたせたのではないかと思います。

—更なる絆を— 相模原南RC友好訪問

相模原南RCとの友好締結は5年目を迎えるが、そもそものいきさつは、当クラブが企画編集した「おゝロータリアン」が縁であった。二冊発刊したが、いづれも故柴田氏の著となるもので、職業奉仕の教科書、ロータリの心の解説の名著として我がクラブが誇りとしているものである。発刊部数14,000を超える両書は全国のロータリアンに広く読まれている。その書を通じて会員で作曲家だった故K氏との交流が続く中、先方クラブの強い希望で平成1年締結の運びとなった次第である。

今回は一昨年の相模原RC創立20周年記念例会出席について3回目の友好訪問となった。

2月16日一行17名は9時50分発便にて出発、町田へは、1時前に到着、会員の出迎えを受け直ちに例会場ラポール千寿閣へ伺う。会場にて磯野夫妻、米永会員と合流、例会開始時間を遅らせてまでの配慮に感謝しつつ20名例会に出席する。小生としては2回目の訪問だが当時の会長、深澤氏の柔和な顔、ネクタイを交換した変らぬ元気な小方氏はじめ懐かしい方々と久々にお逢い出来た。

北クラブ同様ホットな感じの例会雰囲気は前と変わらない。現在63名の会員とか、年令的なバランスもうまくいっていて和やかさが肌を感じられる。今回受け入れの労を執られた友好委員長の佐伯氏は、富山は新湊の出身で富山弁混りの挨拶はさらに親近感を覚える。

7時より米沢真二君のお嬢さんも加わり南クラブ会員夫妻共々港内を遊覧する豪華船「マリノージュ」の船上にて食事、フランス料理に舌鼓を打つ。下船後当クラブの二次会を中華街にて行方が大いに盛り上った事は言うまでもない。ホテル横浜グランドインターコンチネンタル着10時、紹興酒のお陰か、佃氏のイビキはいっこうに気にならず熟睡す。

翌日は観光組とゴルフ組と分かれての行動であったが、天気予報通り、神奈川県地方は大雨注意報が出る位の豪雨となった。想えば第1回目の訪問時、ゴルフ当日になって思いもよらぬ大雪でプレイを断念せざるを得なく帰路についた時の事を思い出す。雨の中、予定通りスタートしたもののあまりのひどさに結局ハーフで切り上げる。どうも当クラブの中に雨雪男がいるらしい。次回は参加ご辞退を切に乞う。

相模原南RCの細部にわたるご配慮に感謝し友好クラブの縁をとられたお二人亡き今、更なる友好の輪が大きくなることを願ひご報告に代えます。皆様おつかれさまでした。

(米澤修一 記)



理事会報告

2月18日(木) 出席者13名

◆金沢6RC合同幹事会報告

- ①例会講師謝礼の件
市内ロータリアン1万円、
その他の方々には2万円
(次年度より)
- ②新年合同例会精算の件
- ③その他
○次年度ガバナー事務局協力金
金沢RC 1人当り1万円
その他5RC 1人当り5,000円
○善行生徒表彰の件 別紙参照
○金沢みなとRC創立
毎週火曜日 12:30~13:30
金沢全日空ホテルにて

◆新会員の件

修練委員長との面接の後、再度理事会にはかる

◆細則改訂の件

◆各委員会報告

- 社会奉仕 武道大会、箔押し、友禅教室
精算書
- 親睦 年忘れ例会精算書

◆その他

- 20周年実行委員会近々開催
- 能登沖、釧路沖地震お見舞金
1人当り200円 クラブより支出
- 市長を交えての環境保全委員会
3月4日(木)1:30~ 松魚亭

1月例会出席状況

出席率 98.83%

会員名	月日	1/7	1/14	1/21	1/28	1月	会員名	月日	1/7	1/14	1/21	1/28	1月
浅田	1/7	M	M	M	M	◎	大場	1/7	M	○	○	M	◎
野宅	1/14	M	M	M	M	◎	村澤	1/14	○	○	○	M	◎
安門	1/21	M	M	M	M	◎	岡精	1/21	○	○	○	M	◎
江大	1/28	M	M	M	M	◎	岡久	1/28	○	○	○	M	◎
藤深	1月	○	○	○	○	◎	奥太	1月	○	○	○	M	◎
二合		○	○	○	○	◎	乙久		○	○	○	M	◎
橋橋		○	○	○	○	◎	坂幸		○	○	○	M	◎
長島		○	○	○	○	◎	高直		○	○	○	M	◎
東川		○	○	○	○	◎	高太		○	○	○	M	◎
広本		○	○	○	○	◎	高正		○	○	○	M	◎
飯野		○	○	○	○	◎	高光		○	○	○	M	◎
五里		○	○	○	○	◎	高哲		○	○	○	M	◎
石舟		○	○	○	○	◎	高次		○	○	○	M	◎
磯倉		○	○	○	○	◎	高一		○	○	○	M	◎
岩島		○	○	○	○	◎	高昇		○	○	○	M	◎
木村		○	○	○	○	◎	高三		○	○	○	M	◎
小林		○	○	○	○	◎	高吉		○	○	○	M	◎
小井		○	○	○	○	◎	高三		○	○	○	M	◎
近藤		○	○	○	○	◎	高陽		○	○	○	M	◎
越野		○	○	○	○	◎	高成		○	○	○	M	◎
越小		○	○	○	○	◎	高信		○	○	○	M	◎
小柳		○	○	○	○	◎	高博		○	○	○	M	◎
増江		○	○	○	○	◎	高彦		○	○	○	M	◎
松田		○	○	○	○	◎	高朗		○	○	○	M	◎
森本		○	○	○	○	◎	高三		○	○	○	M	◎
本長		○	○	○	○	◎	高三		○	○	○	M	◎
中谷		○	○	○	○	◎	高章		○	○	○	M	◎
中大		○	○	○	○	◎	高一		○	○	○	M	◎
						◎	高二		○	○	○	M	◎
						◎	高夫		○	○	○	M	◎
						◎	高稔		○	○	○	M	◎
						◎	高忠		○	○	○	M	◎
						◎	高次		○	○	○	M	◎
						◎	高一		○	○	○	M	◎
						◎	高透		○	○	○	M	◎
						◎	高丸		○	○	○	M	◎
						◎	高三		○	○	○	M	◎
						◎	高吉		○	○	○	M	◎
						◎	高三		○	○	○	M	◎
						◎	高陽		○	○	○	M	◎
						◎	高成		○	○	○	M	◎
						◎	高信		○	○	○	M	◎
						◎	高博		○	○	○	M	◎
						◎	高彦		○	○	○	M	◎
						◎	高朗		○	○	○	M	◎
						◎	高三		○	○	○	M	◎
						◎	高章		○	○	○	M	◎
						◎	高一		○	○	○	M	◎
						◎	高二		○	○	○	M	◎
						◎	高夫		○	○	○	M	◎
						◎	高稔		○	○	○	M	◎
						◎	高忠		○	○	○	M	◎
						◎	高次		○	○	○	M	◎
						◎	高次		○	○	○	M	◎
						◎	高一		○	○	○	M	◎
						◎	高透		○	○	○	M	◎
						◎	高丸		○	○	○	M	◎
						◎	高三		○	○	○	M	◎
						◎	高吉		○	○	○	M	◎
						◎	高三		○	○	○	M	◎
						◎	高陽		○	○	○	M	◎
						◎	高成		○	○	○	M	◎
						◎	高信		○	○	○	M	◎
						◎	高博		○	○	○	M	◎
						◎	高彦		○	○	○	M	◎
						◎	高朗		○	○	○	M	◎
						◎	高三		○	○	○	M	◎
						◎	高章		○	○	○	M	◎
						◎	高一		○	○	○	M	◎
						◎	高二		○	○	○	M	◎
						◎	高夫		○	○	○	M	◎
						◎	高稔		○	○	○	M	◎
						◎	高忠		○	○	○	M	◎
						◎	高次		○	○	○	M	◎
						◎	高次		○	○	○	M	◎
						◎	高一		○	○	○	M	◎
						◎	高透		○	○	○	M	◎
						◎	高丸		○	○	○	M	◎
						◎	高三		○	○	○	M	◎
						◎	高吉		○	○	○	M	◎
						◎	高三		○	○	○	M	◎
						◎	高陽		○	○	○	M	◎
						◎	高成		○	○	○	M	◎
						◎	高信		○	○	○	M	◎
						◎	高博		○	○	○	M	◎
						◎	高彦		○	○	○	M	◎
						◎	高朗		○	○	○	M	◎
						◎	高三		○	○	○	M	◎
						◎	高章		○	○	○	M	◎
						◎	高一		○	○	○	M	◎
						◎	高二		○	○	○	M	◎
						◎	高夫		○	○	○	M	◎
						◎	高稔		○	○	○	M	◎
						◎	高忠		○	○	○	M	◎
						◎	高次		○	○	○	M	◎
						◎	高次		○	○	○	M	◎
						◎	高一		○	○	○	M	◎
						◎	高透		○	○	○	M	◎
						◎	高丸		○	○	○	M	◎
						◎	高三		○	○	○	M	◎
						◎	高吉		○	○	○	M	◎
						◎	高三		○	○	○	M	◎
						◎	高陽		○	○	○	M	◎
						◎	高成		○	○	○	M	◎
						◎	高信		○	○	○	M	◎
						◎	高博		○	○	○	M	◎
						◎	高彦		○	○	○	M	◎
						◎	高朗		○	○	○	M	◎
						◎	高三		○	○	○	M	◎
						◎	高章		○	○	○	M	◎
						◎	高一		○	○	○	M	◎
						◎	高二		○	○	○	M	◎
						◎	高夫		○	○	○	M	◎
						◎	高稔		○	○	○	M	◎
						◎	高忠		○	○	○	M	◎
						◎	高次		○	○	○	M	◎
						◎	高次		○	○	○	M	◎
						◎	高一		○	○	○	M	◎
						◎	高透		○	○	○	M	◎
						◎	高丸		○	○	○	M	◎
						◎	高三		○				

第963回例会

◆2月4日(木)雨 12:30~13:30 松魚亭

1. 講話
会員 近藤健児君
「人・生活・コミュニケーション」
2. 出席
出席63名、欠席23名、出席率75%、ビジター26名
3. 来訪者(敬称略)
久留米東RC 吉島伸一(敷物製造・販売)
藤井寺RC 黄塚正文(司法書士)
松任RC 梅田敬蔵(ビール製造)
金沢RC 鈴木一男、山本芳樹、小坂栄作
千田雅俊、中宮嘉裕
金沢東RC 上田 稔、細川一男、中島秀雄
中田淳造
金沢西RC 東 清、蛭沢秀孝、荒川勝治
辻 卓、藤井 修、渡辺晃次、渋谷弘利
唐沢 修
金沢南RC 飯田秀雄、神谷清美
香林坊RC 石村都喜雄、小杉茂雄、後出博俊
みなとRC 安原博幸
4. 幹事報告○米山奨学生来会
5. 皆出席顕彰(敬称略)
14カ年 中村 三次君
9カ年 安宅 雅夫君 木村 丹二君
越田 和好君
1カ年 森 大君 炭谷 亮一君
6. お誕生日祝(敬称略)
12日 浅田 禎男君 15日 山本 麒三君
18日 山岸 与作君 22日 関 稔君
7. ニコニコボックス
東RC 細川一男君
久し振りに北RCにおじゃましましたので
香林坊RC 石村都喜雄君
2月7日(日)創立5周年を迎えます。感謝します。
飯野君 一生で初めての終わりでしょうが、お年玉年賀はがきの一等が当たりました。皮肉な事に、小生本年より年賀状を失礼致す事になりお許しを願います。
木村君 あっと言う間の9カ年、皆様のおかげで皆出席出来ました。
森 君 1カ年皆出席顕彰頂きました。ありがとうございます。今後共よろしくご指導ご鞭撻お願い致します。
炭谷君 1カ年皆出席出来ました。今後ともよろしく願います。
江守君 しばらくメーカーシップが続きました。脳卒中のシーズンで、季節労働者は大変です。
関 君 誕生日カードありがとうございます。一年一年がんばりたく思います。
山本(麒)君 お誕生日カードありがとうございます。
合計 19,000円(累計 1,711,000円)
8. 今週のニュース
○公定歩合0.75%下げ最低水準の年2.5%、景気にテコ入れ
○オランダ下院、世界初の安楽死法案可決
○能登沖で地震、金沢で震度4、輪島で5、珠洲で大被害

第964回例会

◆2月18日(木)雨 12:30~13:30 松魚亭



1. 講話
山腰茂法律事務所々長 山腰 茂氏
「小松東RCの熱帯雨林保全運動について」
2. 出席
出席59名 欠席27名
出席率70.24%
ビジター20名
3. 来訪者(敬称略)
京都紫竹RC 貞包智悠(仏教)
- 金沢RC 吉田国男、小坂栄作、山田耕之助
中宮嘉裕
金沢東RC 田島秀哉、石動隆信、中橋秀夫
里村育施、山宮外雄、諸江賢二、星埜邦夫
金沢西RC 谷山喜代嗣
金沢南RC 清水昭男、北川泰信、神谷清美
藤村秀興
香林坊RC 小堀欽司、古谷利清
4. 幹事報告○例会終了後、理事会開催
5. ニコニコボックス
小松東RC 山腰 茂君
下手な卓話をお聞きいただきまして。地球環境保全等にお役立て下さい。
京都紫竹RC 貞包智悠君
はじめておじゃまいたします。
中村(三)君 本日の講師に山腰先生をお迎えしました。
渡邊君 相模原南RCの皆様に感謝して。友好委員長他、友好訪問に参加された皆様ご苦勞様でした。
長原君 昨日相模原南RCとの友好訪問の旅、楽しく行って参りました。
佃君、米澤君 今年の浅野川園遊会は、4月24日~25日の両日開催することになりました。メンバー諸兄には昨年同様ご支援御協力の程お願い致します。
東川君 メーカーシップが続きました。
合計 22,000円(累計 1,733,000円)
6. 今週のニュース
○衆院予算委、佐川事件で竹下元首相、小沢元幹事長、証人喚問
○ヨットマンの堀江謙一さん、ハワイ沖縄間、足こぎボートで横断、107日間
○巨人軍の宮崎キャンプ、ルキーの松井と長島監督親子で大フィバー