



こころの中を見つめよう 博愛を広げるために

週報



所沢西ロータリークラブ
(RI第 2570 地区第 3 グループ)

会長 室伏秀樹 ・ 副会長(会長エレクト)山田富男
幹事 栗原和明 ・ クラブ管理運営委員長 内田 学
例会場 所沢市星の宮1-3-5 〒359-1127 セレス所沢 TEL.04-2923-4122
事務局 所沢市けやき台2-7-6 〒359-1118 安田第三ビル206号 TEL.04-2926-1666
例会日 毎週火曜日(12:30~13:30) <http://www.tokorozawa-nishirc.net/> FAX2926-5151
E-mail nishirc@dream.ocn.ne.jp

近辺 RC の開催日一覧表 (メーキャップにご利用ください)

クラブ	所沢中央	所 沢	新 所 沢	所 沢 東
例会日	月曜夜間	火 曜 日	火曜夜間	木 曜 日
例会場	セレス所沢	野村證券	セレス所沢	セレス所沢

四つのテスト

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

1. 点鐘…会長 2. 斉唱…ロータリーソング 3. 来賓紹介 4. 会長、幹事報告 5. 委員会報告

第 1248 回例会 2012・ 3・13

卓 話	例会当番	記念祝福
3/13 「津軽三味線の合奏と唄」 (やよいの会の皆様)	大館 信夫	3 月ご夫人誕生
3/20 法定休日 定款 6-1-C		平岡 道子 荻野美智子
3/27 「葬儀屋の苦悩」	大館 良典	室伏智恵子 山田 和子
所沢西 RC 会員 堀江大様		大館 敦子

■出席報告	
月 日	3/6
会員数	38
出席者	25
出席率	65.8%
前回修正	71%

会長の時間

室伏 秀樹

本日は本橋正夫さんの実父、彰様の告別式です。親睦委員会には受付のお手伝いをいただいています。

さて、来週日曜日 11 日が東日本大震災一周年です。

当社の取引先の練り物メーカー石巻市高橋徳治商店社長から手紙をもらいました。

自分自身の中に、“忘れてしまいたいこと”と“忘れてはならないこと”が混在しており、いまだにその整理がつかえません。工場を再建して仕事を再開する意欲はあったのに、銀行からの融資が思うように受けられず、職を失ってしまった仲間もいます。

大切な家族を失った代償に高額な保険金を手にして親族間の争いが勃発し、心のバランスを崩してしまった知人もいます。抱えている苦労や苦悩は人それぞれですが、被災者たちに共通する思いは、「3. 11以前に

戻りたい」、それに尽きるのかもしれませんが。生きているもの達は、少しずつでも前に進まなくてははいけません。

進まない復旧活動、新たに背負い込むことになった借金、やむを得ず一時解雇した従業員の再雇用の見通しなど、不安な要素は山ほどありますが、多くの方々に励まされ、支えられて、仕事の再開を決意しました。「仕事があるってすごい……。仕事っていいね……。」と、感極まった様子で呟いた従業員がいました。3. 11以前にも行っていたことを、これからも気持ちを込めて続けていく。それが私が出した結論です。

今日の食品の話はトマトです。先日マスコミが騒ぎ、コンビニ・スーパーから姿を消したトマトジュース、トマト栽培のハウスの前が突然交通渋滞となった事件がありました。

トマト、メタボ予防に効果＝脂肪燃焼の新成分を発見血液中の脂肪増加を抑える新成分がトマトに含まれていることを、京都大大学院の河田照雄教授らの研究

グループが発見した。マウスを使った実験で、血液などの中性脂肪量を抑制することが確認された。メタボリック症候群の予防に効果が期待されるという。

バナナの時も、リンゴの時もその時だけの、日本人の熱しやすく冷めやすい一時のブームに思えてなりません。

トマトはナス科トマト属の植物で原産地は南米アンデス高原の標高3,000メートル地帯で、紀元前1,000年には栽培されていたという説がありますが、一般には10世紀ごろメキシコに持ち込まれた野生種から栽培されたという説が一般的です。

1530年頃ジャガイモとともにスペイン人の航海家によりヨーロッパにもたらされました。日本には17世紀に紹介され、最初は観賞用でした。食べられるようになったのは明治からです。唐柿(とおし)、赤茄子、蕃茄(ばんか)、小金瓜などと呼ばれていました。

私はベトナム南部のダラット高原に行ったおり、野生種のトマトを見ました。

ミニトマトが赤くならずになすの色をしていました。食べようとしたら毒だと叱られました。旨み成分であるグルタミン酸が非常に多く、アスパラギン酸も豊富で、南ヨーロッパでトマトのベースとして使われているのはアミノ酸が料理の味を引き立てるからです。

トマトの赤い色は抗酸化物質として注目されているリコピンの色です。

ビタミンA、C、ベータカロチン、食物繊維のペクチンも豊富。現在は抗ガン作用に関する研究も進められています。

栄養豊富なことからヨーロッパでは「トマトが赤くなる」と医者や青くなる」ということわざもあります。

日本の食用トマトは、完熟型の「桃太郎」が急速に広まりました。その前は「ファースト」が主流でした。先端がとがり、ゼリー部分が少なく果肉がしっかりしています。ハンバーガーやサンドウィッチには今でも使われます。最近品種改良が盛んで甘く美味しくなり、水耕栽培やLED照明により植物工場での完全オーガニック品も出回ってきました。

花が咲いてから赤く熟すまで、夏場は40日、秋は60日、じっくり熟したトマトのほうが味がしっかりしています。旬は秋となります。

いずれにしてもトマトは、しっかり食べたほうが健康の元のようなのです。

幹事報告

栗原 和明

理事会報告

- 1.こども「とうきち」将棋大会結果報告・・・平方委員長欠席の為、後日報告。経費は5クラブ会員数で負担。
- 2.GSE (Group Study Exchange) 訪問団の件・・・ヨシケイ埼玉室伏会長の契約農家を見学。4/9(月) 4人の先生を連れて見学するとの事です。又、通訳を渡部さんをお願いしたそうです。渡部さんよろしくお祈りします。
- 3.市内老人施設 観葉植物の贈呈式について・・・4/17(火) 10:00 市長室で贈呈
- 4.第27回市民文化フェア、6/10 わんぱく相撲大会・・・例年通り10,000円協賛
- 5.2011年度(上野会長)ネパール支援状況・・・所沢西RC寄贈10校目のバカワッテイ初等中学校他4校の開校式
- 6.お花見例会・・・4/10(火)について。秩父長生館。詳細は後程連絡。
- 7.クラブ次年度研修リーダー研修3/10(土)・・・渡部 照夫さん出席
・PET 3/17(土)・・・山田 富男さん、大館 信夫さん出席
・次年度地区協議会・・・4/22(日)

幹事報告

- *ROTARY LEADER
- *第3グループ次年度ガバナー補佐 平岡 達也様より次年度公式訪問日程表が届きました。
- *2011年～2012年度 GSE 受入れ予定表
- *盛岡西北ロータリークラブよりソーラー街灯設置への協力のお祈り
- *IM子ども「とうきち」将棋大会の打ち上げを3月13日(火)6:30～中華神州の家で会費3,000円で行います。大勢の皆様の出席をお願いします。
- *週報・・・入間RC、吉安扶輪社

親睦委員会

内田 学

4月10日(火)に秩父 長瀬 長生館にてお花見例会を開催致します。市内各所バスにてお迎えします。参加費は会員 10,000円 御家族 5,000円です。会員、御家族の大勢のご参加をお願い致します。

ニコニコボックス**高橋 和男**

室伏 秀樹 本橋 正夫さんの実父 彰様のご冥福をお祈りします。柴山先生は国会会期中で欠席、ピンチヒッター鈴木 真澄さんご苦労さまです。

栗原 和明 鈴木講師よろしくお願ひ致します。

内田 学 長女と長男が爺ちゃん、婆ちゃんの所に行ったそうで、お呼びが掛かり早退します。

山崎 武邦 前回欠席。

久し振りにお顔拝見**平岡 徳大**

大変永らくお休みを頂きまして出席率向上の足を引っ張り申訳なく思っております。その間、室伏会長始め多くの方からお見舞いを賜り、かたじけなく思っております。さて、これから先は、平岡の華麗なスイングを再び皆様にお見せする事が出来るか、或いはその前に戒名がついてしまうか予断を許さない訳です。皆様お年ですから充分気をつけて下さい。

ご挨拶**山田 富男**

大変長期の欠席をしまして申訳ございません。もう少し妻の看病に掛かり、これからも御迷惑をお掛け致しますがどうぞよろしくお願ひ致します。13日は出席します。

卓話 『IMのプレゼンテーション』**吉田 栄治**

今日は、卓話に穴が空いたのでピンチヒッターです。第三グループのIMで発表したものをご披露します。風邪で欠席の会長のため、IMに欠席の会員のために、当クラブの社会奉仕事業のプレゼンター



ションをお見せします。

時間とお金を使って作ったものです、10名足らずの方々しか見てくれてないとは、残念です。

第三グループでこのプログラムが決ったのが8月です。第一回目実行委員会にはITに強い方の出席要請があり、堀江君が行きました。11月10日の例会後に室伏会長が関係者を集め、内容を説明し、当クラブでは「ネパールの学校建設」を、テーマに決めたから宜しく頼みます。それで、堀江、内田、吉田が指名され、吉田の卓話を参考に10分に書き直して、それに写真を何枚かつけて造ればよいと、しごく簡単に思い引き受けました。なにしろ、3ヶ月も期間があり、30枚位の写真ぐらいは簡単に揃えられる。内田君にマイク片手に原稿を読んでもらえばOK、と思ったら、スライド方式で声も一緒にDVD入れるんだ、と、堀江君に言われ、どうすれば良いのか、全然分からなくなりました。そしたら、原稿と写真を決めてもらえれば、後は私が作ります。

そこで、写真集めました。176枚、40分の原稿を10分にしました。女性の声が良いといわれ、鈴木さんを頼みました。なにしろ、一番苦労したのは、写真です。第一回目のネパールでの写真はカメラのチップから消えてしまっています。有るのは、写真だけ。第2回目のは、幸いのこと、大館さんがCDにしてあり大助かり、しかし、このCDが映像を取り出すのに、堀江君がギブアップ、目の前の宝物が絵に書いた餅。鈴木さんの会社に行き、助けてもらいました。そして、61枚の写真スライドに纏めました。今思うと、鈴木さんが、チーフプロジェクターなら、簡単に出来たのに、残念です。それでは、話が長くなりましたが、始めます。

こんな、原稿を用意して時間まで、持たせるつもりが、事件が起こり失敗でした。……おそまつ……

今週の担当 須澤 一男