

国際ロータリー第2800地区

鶴岡ロータリークラブ

例会日：毎週火曜日 午後 12:30～1:30

例会場：鶴岡市 錦町 東京第一ホテル鶴岡

事務局：鶴岡市馬場町11-63(産業会館3F) TEL 0235-28-3375

例会会報

第 2366 回

平成19年6月12日(火) 晴れ(本年度第45回)

会長報告

丸山 隆志

先週・今週の行事について

● 6/9 (土)：クラブ事務局研修会 米沢 伝国の杜

* * *

6月9日は、鶴岡 RC の創立記念日です。例年、創立を記念してお祝い品を用意しておりましたが、昨年度から逆に、創立記念祝い金として1,000円／1人を50周年記念準備基金会計に繰り入れさせて頂いております。ここで、鶴岡 RC の創立を再確認したいと思います。

鶴岡 RC は、昭和34年6月9日に山形 RC と山形西 RC の両スポンサークラブにより、安斎特別代表のご尽力のもと誕生いたしました。チャーターメンバーは21名で庄内地方初のロータリークラブとして記念すべき第一歩を踏み出しました。そして、先輩の皆様の献身的な活躍で時代と共に発展してきました。今年は、創立48年目にあたります。クラブの業績は「歴史と伝統のあるクラブ」と呼ぶにふさわしいクラブだと思います。

現クラブ会員にはチャーターメンバーはおりませんが、昭和48年入会：高橋良士さん(途中退会平成14再入会)、昭和53年入会：藤川享胤 PG、昭和54年入会：阿蘇司朗さん、昭和56年入会：若生恒吉さん、昭和58年入会：佐々木喆彦さん、斎藤昭さん、加藤賢さん、御橋義諦さん、昭和59年入会：塚原初男さん、昭和63年入会：阿部信矢さんと、昭和の入会者は、10人おります。創立記念日を機に50周年にむけて更なる発展のために会員皆様のご協力を宜しくお願い致します。

昭和34年

今の天皇陛下が、4月10日にご結婚された年です。その時はまだ皇太子でしたが前年の11月27日にご婚約発表があり、民間から出た初めての皇太子妃として正田美智子さんが紹介され、全国的に

大フィーバーとなりました。テレビで結婚パレードを見ようと、婚約発表からご成婚までの5ヶ月で100万台のテレビが売れました。

天皇陛下(昭和天皇)が初めてプロ野球を観戦されたのが、6月25日の後楽園球場の巨人・阪神戦でした。これが球史に残る名勝負の天覧試合になりました。同点でむかえた巨人の9回の裏、先頭バッター長島は2ストライク2ボールの5球目、村山が投じた内角高めの直球をレフトスタンドへの劇的な、さよならホームランで勝負がつかしました。

1 / 1：メートル法施行

1 / 3：アラスカがアメリカ49番目の州となる

4 / 10：皇太子殿下結婚パレード

5 / 26：I O C 総会で1964年の夏季オリンピック開催地が東京に決まる

7 / 24：ミス・ユニバースに日本人として初めて児島明子さんが選ばれる

8 / 1：日産自動車「ダットサンブルーバード」発売

8 / 21：ハワイがアメリカ50番目の州となる

9 / 26：伊勢湾台風、死者不明者5200名

11 / 19：「緑のおばさん」、学童の交通整理に登場

バラエティーミート(畜産副生物)

会員スピーチ

斎藤 昭

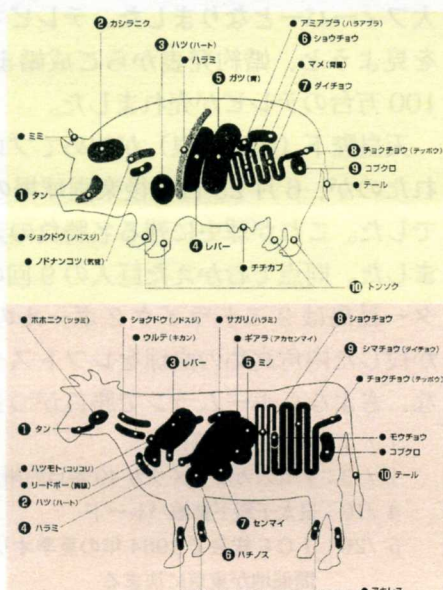
牛肉や豚の内臓を総称して畜産副生物といいます。たとえば、レバー、ハツ、タン、シロモツなど、焼き鳥屋や焼肉屋で多く見かける「もつ類」のことです。これらの畜産副生物は専門店はもちろん、食肉店や、量販店に精肉と同じように生鮮品として部位本来の形で並べられるほか、食べやすい形に加工したものも数多く出回っております。

スタミナ食品として家庭で利用する機会もふえています。野生の動物は獲物を倒すとまず最初に内臓を食べますが、それは内臓がおいしくて、栄養に優れていることを本能的に知っているからなのではないでしょうか。また欧米等では畜産副生物のことをバラエティーミート、ファンシーミートと呼び高級



食材として広く大事にされています。国・地域によっては肉と同じ、あるいはそれ以上に食卓で上手に利用されているのです。

肉食の歴史が浅い日本では、まだこうした畜産副生物を使いこなす知識が少なく、食べ方もあまり知られていませんが、一人ひとりが健康な長寿を実現しなくては意味がありません。それには子供のときからバランスのとれた食べ方をしていく必要があります。そういう意味でもバラエティーミートをおいしく食べる工夫が必要で、それは食文化をより豊かなものにすると考えられます。優れた食材である畜産副生物を「バラエティーミート」という呼び方も含め広く普及を図って参りたいと考えております。



栄養の宝庫バラエティーミート

①「良質の蛋白質」がたっぷり

蛋白質は筋肉・臓器・皮膚・髪の毛など体の構成成分となっており、丈夫な体を作るために不可欠な栄養素です。蛋白質を構成するアミノ酸のうち、人の体内で合成できないアミノ酸（必須アミノ酸）は食物からとる必要があります。牛・牛の内臓は必須アミノ酸がバランスよくしかも豊富に含まれており、良質蛋白質の供給源として重要です。また、トンソク（豚足）やテール（牛の尾）には、コラーゲンが多く含まれて、長時間煮るとゼラチン化し柔らかくなります。コラーゲンやゼラチンは骨粗鬆症や関節痛の予防、毛髪や爪などの質的改善、がんの予防効果などに関する研究が行われています。

②レバーは天然のビタミン・ミネラル剤

ビタミン・ミネラルを多く含む食品は野菜や果物だけではありません。牛・豚の内臓、特にレバー（肝臓）にはビタミンA・B・B2・鉄・亜鉛などが豊富に含まれています。

鉄には内臓などの動物性食品が多く含まれるヘム鉄と、ほうれん草などの植物性食品に多く含まれる非ヘム鉄があります。腸管への吸収率はヘム鉄は20%以上であるのに対し、非ヘム鉄はわずか59%

ほど、レバーは鉄含有量が多いだけでなく吸収効率もよく鉄分含性貧血に最適な食品です。

委員会報告

出席委員会

委員長 迎田 健

本日の出席		前々回の出席	
会員数	46人	出席率	67.44%
出席数	29人	修正出席数	33人
出席率	67.44%	確定出席率	75.00%

●メイクアップされた方

藤川 享胤君 白幡憲一郎君 嶺岸 禮三君
高橋 良士君

●ビジター

三井盾夫君・小池泰弘君（鶴岡西 RC）

○年間皆出席

15年 御橋 義諦君 5年 真島吉也君
5年 白幡憲一郎君 1年 桜井 隆君

5月100%以上出席者

300%以上 藤川享胤君

150% 秦 幸助君・加藤 功君・丸山隆志君
真島吉也君

125% 樋渡美智子君・本間喜美子君・越智茂昭君
佐藤孝子君・佐藤友行君・富樫松夫君
富田喜美子君・塚原初男君

100% 阿蘇司朗君・阿部純次君・青柳孝治君
後藤順一君・本間昭吉君・石田 雄君
加藤恒介君・御橋義諦君・嶺岸禮三君
斎藤 昭君・佐々木喆彦君・白幡憲一郎君
桜井 隆君・若生恒彦君・樫野隆博君

スマイル

佐藤孝子君 ○ローターアクト例会参加のお礼。

○斎藤昭さんのスピーチに感謝。

阿蘇司朗君 80周年ご案内しております。是非よろしく願います。

本間喜美子君 三井君と熊川君の話を聞きました。これからの活躍を期待します。ローターアクトクラブに新しい会員が出来ることを心待ちにしています。

三井盾夫君 一昨日、父 徹の十三回忌、弟玉男の四十九日の法要を行いました。父は長きにわたり当クラブにお世話になりました。玉男は南高1年生の時に当クラブの交換留学生第1号としてニューブランズウィック市に派遣され、そのことは彼の人生を決定付けることになりました。

藤川享胤君 御橋さんより2007年規定審議会レポートの私の写真を紹介して頂きました。