

2022.9.1 (木)
第 8 回例会
(通算3677回)

2022-2023 年度 釧路ロータリークラブ会報

会長スローガン「創り出そう身近な奉仕を 友情、愛情 そして熱意で」

第85代会長 滝越 康雄
副会長 清水 輝彦
幹事 中島 政徳
編集責任者 クラブ会報・雑誌委員会

例会日 毎週木曜日 12:30～13:30 夜間例会 18:00
例会場 釧路センチュリーキャッスルホテル
事務局 釧路市錦町 5-3 ミツ輪ビル 2F
☎ 0154-24-0860 ☎ 0154-24-0411

2022-2023 年度
国際ロータリーテーマ



2022-2023 年度
RI 会長 ジェニファー・ジョーンズ
第 2500 地区ガバナー
久木 佐知子 (旭川西 RC)

月間テーマ	基本的教育と識字率向上月間
本日のプログラム	講師例会「カラダと栄養と私」(担当：プログラム委員会)
次週例会	講師例会「コロナ禍の学生生活～釧路公立大学の現状～」(担当：社会奉仕委員会)

- ロータリーソング：奉仕の理想 ■ ソングリーダー：得地 哉君
- 会員数 104 名
- ビジター なし
- ゲスト えいようラボラトリ合同会社 代表社員 岡本 匡代様
// 代表社員 佐々木可奈恵様

会長の時間

滝越 康雄会長

お食事の中の方はどうぞ続けてください。9月1日、いよいよ秋です。本日も多数ご出席いただいております。ありがとうございました。



私は最近、ガラケーをスマホに代えて、ニュースを見ているのですが、1日に入るニュースの範囲が広くて多いですね。今年は特に戦争から始まって、国際情勢、台湾とか、大谷選手、岸田内閣と、いろいろと続いています。長引くという意味では「with コロナ」という言葉が定着しておりますけれども、そういう意味では with 台湾、with ウクライナということも事実かなと思っています。そして、続いてほしいものとしては with 大谷選手ですが、悪い方は早く途切れて欲しいものです。

先週、『ロータリーの友』のページめくってみました。すると、特集記事で「女性会員増強」の記事がありました。世界ではロータリーにおける女性会員は 25%、アメリカが 34%、日本の女性会員は 7.3%。釧路は強調しますが、0 です。男尊女卑はしていませんが、社会風潮か女性の遠慮もあるのではないのかなと思います。スローガンというより、私どもの理事において悩みになりつつありますので、男性会員 10 人

集めるよりも女性会員 1 人の方が少し難しいのではと最近思っています。

話のデザートとして余談です。日本史からちょっと引っ張ってきたのですが、江戸時代の話になります。江戸時代は武士、徳川幕府も借金で苦しんでいました。京都の公家、天皇家も同じです。その公家の中で中臣鎌足を祖とする中御門(なかみかど)家ですけれど、アルバイトをするとかお菓子屋さんに官位を与えて収入としていたようです。

毎年、江戸に人を派遣して「大掾(だいじょう)」「軒」「堂」とかを名乗らないお菓子屋さんを探し出しているのです。そして、お菓子屋さんの家主を中御門家の名前で宿詰め所に呼び出して、「『軒』や『堂』などの名前を付ける」と説明をして、軒で 90 万円、堂で 36 万円を 1 つの名義料として取っていたのが実態のようです。「○○堂」というお菓子屋さんは多いと思いますが、菓子職人の腕とか味には全く関係なくて、お公家から押し売りされたという歴史上の由来です。お公家さんは、位は高いけれどもお金が入ってこないなので自分で賭場を開くのです。賭博は徳川時代では禁止ですから。もしくは、お公家さんの資金集めとしては、和歌は冷泉家で、琴は久世家で、久我家は盲人の座頭とかそういう位を与えて。もうひとつ藤原という名字を売っていて、これは 120 万円くらいするらしいのです。そういうのが江戸時代の裏の歴史だそうです。

もうひとつ、京都の朝廷は日光東照宮に、いわゆる徳川幕府側に毎年穀物を奉納する勅使を出していました。これは初めて聞きましたが、『日光例幣使』という遣いを出していたようです。この日光例幣使の中身を見ると、金品をたかる迷惑な存在。例えば、日光東照宮まで籠に乗って行く途中で「俺がケガをしたらどうするんだ」と、籠かきを脅かしてお金を取ったということで、「京都の公家が旅先で揺する」となっています。考えられないことですが、この揺するというのはユラユラと揺するわけですが、それが今の表現で「人を脅かし、ゆする」という語源になっています。「ゆする」という語源はお公家さんの悪さから来たという歴史上の話になっています。これは3カ所ぐらいで確認し間違いのないことです。ご確認ください。どうもありがとうございました。

■本日のプログラム■ 講師例会「カラダと栄養と私」

プログラム委員会 二宮 拓人委員



皆さま、こんにちは。先週の新人会員歓迎例会で見事に最下位となりました。プログラム委員会の二宮です。入会して間もなく1

年が経つことで、そういった下駄を履いた中で、最下位でした。それを工藤さんにいじっていただくこともなく、誰にも指摘されることもありませんで、非常にひっそりとした最下位でしたので、私の心にはとても大きな傷が残りました。

当日、家に帰って、敗因は何かと考えまして、JRの戸田支社長のウルトラマンほど自分のウルトラマンは振り切れていなかったのではないかとずっと考えて、まんじりともせず一晩を過ごしました。

さて、本日は講師例会です。

釧路出身で当地に『えいようラボラトリ合同会社』を設立された管理栄養士の岡本様と佐々木様を講師にお招きいたしまして、「カラダと栄養と私」というタイトルでご講演をいただきます。

この後、ご説明があるかと思いますが、えいようラボラトリ様は個人や法人に食に関するアドバイスを行う「健康栄養サポート事業」ですとか、エゾシカなどの地域の未利用資源を勝手に生かした「エシカルコスメ事業」など食や栄養に関する様々なとても特徴のある事業を立ち上げられました、当地で期待のスタートアップ企業でございます。

私自身、恥ずかしながら食も栄養学も全くの素人です。

実は過去の経験もありまして、食事は体の健康はもとより、心の健康にも大きく影響するのではないかと個人的に考えております。

本日のお話をお伺いすれば、美味しい物だらけの釧路で、単身赴任で内臓脂肪が溜まりまくってきた私の健康維持に役立つことはもとより、もしかしたら先週に傷ついた私の心、それから春先の例会で私よりも深く傷ついた中島幹事の心も癒す方法も見つかるのではないかと期待しております。

岡本様、佐々木様、ご多用のところお時間をいただきまして誠にありがとうございます。どうぞよろしくお願いたします。

えいようラボラトリ合同会社

代表社員 佐々木 可奈恵様、岡本 匡代様



本日はお招きいただきありがとうございます。管理栄養士二人で今年4月に創業、5月に開業しました。今日は、私たち管理栄養士を便利

に使っていただくと、個人だけじゃなく会社も地域も健康になるはず、を知っていただく30分にたく存じます。

つい2日前に弊社は、『(公社)日本栄養士会認定機能強化型栄養ケア・ステーション「釧路えいようクリニック」』に認定されました。訪問看護ステーションが身近な看護師拠点であるように、これは管理栄養士の拠点です。機能強化型というのは医療・介護業界に強いという意味で、全国でもまだ少なく道東では初めてです。

ところで私は、GSE(ロータリー財団研究グループ交換)のプログラムで十数年前にタイに行かせていただきました。当時は大学に勤務しておりましたので「タイの大学や研究所を見たい」とか、管理栄養士でありますので「病院や老人ホームの食事を見たい」と言って、一通り盛り込んでいただきました。ゾウに乗ったことも非常に印象に残っております。あらためて感謝申し上げます。

(以降、次のようなスライド構成)

- ・疾患別標準化死亡比(SMR)の比較(全国、全道および釧路)
- ・管理栄養士になるための勉強
- ・我々の専門分野の違い
- ・食品成分のいろいろ
- ・三大栄養素と五大栄養素
- ・味覚の閾値(いきち)
- ・塩と血圧と腎臓の関係
- ・食事摂取基準(厚生労働省)

- ・かけしょうゆ
- ・主食と塩
- ・献立はデザイン、適塩もデザイン
- ・食品表示を見よう
- ・健康経営（経済産業省）
- ・弊社サービス紹介（健康経営のための食行動変容サポート）
- ・参考文献

以上、「カラダと栄養と私」でした。ありがとうございました。

会長謝辞 滝越 康夫会長

今日のお話、私は身に染みて感じています。私ことですが、金曜日に札幌の日帰り往復を車でした。土曜日に病院に通わないといけないので行ったら、抜き打ち検査をされまして、心電図を撮ったら、地震計みたいなデータで即刻、今日もコーヒーストップです。そういう状態です。まさに真剣に考えています。皆さ

んもお気を付けください。

本当に今日はどうもありがとうございました。

が、食事は体の健康はもとより、心の健康にも大きく影響するのではないかと個人的に考えております。

本日のお話をお伺いすれば、美味しい物だらけの釧路で、単身赴任で内臓脂肪が溜まりまくってきた私の健康維持に役立つことはもとより、もしかしたら先週に傷ついた私の心、それから春先の例会で私よりも深く傷ついた中島幹事の心も癒す方法も見つかるのではないかと期待しております。

岡本様、佐々木様、ご多用のところお時間をいただきまして誠にありがとうございます。どうぞよろしくお願いたします。

本日のニコニコ献金

- 中島 政徳君 炉辺集会、本日よりスタートします。多くのメンバーの出席をお願いします。
- 菅原 顯史君 「番茶の味」をお読み頂き、有難うございます。土曜日までお付き合い下さい。

今年度累計 65,000 円