

2019～2020年度 長崎西ロータリークラブ週報

令和元年12月3日
第1649回例会 No17

12月10日プログラム

- 点鐘
- 四つのテスト唱和
- ロータリーソング「我らの生業」
- ご来訪者のご紹介並びに会長挨拶
- 幹事報告
- 委員会報告
- ニコニコ披露
- 年次総会並びに次年度理事役員挨拶
- 点鐘

四つのテスト

言行はこれに照らしてから
一、真実かどうか
二、みんなに公平か
三、好意と友情を
深めるか
四、みんなのために
なるかどうか

- ◆会員数 43 名 ◆12/3 例会出席率 65.79%
- ◆11/12例会修正出席率 89.19%(修正前 54.05%)
- ◆出席 25 名 ◆免除者出席 8 名 ◆欠席 18 名

《12月の例会スケジュール》 12/31休会

12/3 第1 卓話 12/10 第2 年次総会・半期報告
12/17 第3 卓話 12/24 第4 忘年例会

- ◆ロータリー財団寄付年間目標1人150ドル〔6450ドル〕 12/3 17,000円 今期累計121,000円
- ◆米山記念特別寄附年間目標1人16,000円〔688,000円〕 12/3 17,000円 今期累計175,000円

- ◆会員数・期首 43 名・入会 1 名・退会 1 名・現在 43 名 ◆ロータリーレート 10/1～108 円 **NEW**

SAA司会 古里安幸委員長

四つのテスト 市川清史さん

ご来訪ロータリアンのご紹介

長崎北 RC 古川充彦さん

会長挨拶 許斐義彦



皆さん、こんにちは。今日は、味覚と健康についてお話しします。最近、味覚障害を持つ人が多くなっています。まず、味覚の役割を説明します。味覚は、『苦味』、『酸味』、『甘味』、『塩味』、『うま味』の五つの基本味があります。また、味覚には口に入れてよい物と悪い物を識別する

本能的役割を担っています。『苦味』は毒物のシグナルであり、『酸味』は腐敗物のシグナルです。したがって、野生動物は『苦味』や『酸味』を有するものは口に入れません。人間が『苦味』や『酸味』を食するのは、生まれてからの学習によるものです。『甘味』は糖、『塩味』はミネラル、『うま味』はアミノ酸のシグナルです。味覚は生れた時から既に備わっていますが、成長発育に伴って変化します。味覚障害の方は多くおられますが、自覚が少ない為に医療機関を受診する人が少ないようです。味覚は視覚、聴覚、嗅覚、味覚、触覚の五感のなかでもその障害に気づきにくい感覚のようです。味覚障害の原因は、①食事による亜鉛摂取不足

(急激なダイエットなどによる食事の偏り)、②服用している薬による副作用、薬が亜鉛を取り込み味細胞の再生をさまたげます。また、若者が好む加工食品や清涼飲料水の大半に使われている添加物は、亜鉛の吸収を阻害したり、すでに体内にある亜鉛を排出したりします。味覚障害を防ぐには、偏食を避けバランスよく食べること、たとえば亜鉛を多く含む海のカキ、カズノコ、レバー、煮干し、のり、お茶、いりゴマ、玄米、アーモンドなどの食品をきがけて食べることです。最後に『うま味』について説明します、1907年明治時代に、ある一人の学者が昆布の煮汁からグルタミン酸を発見し、それがもたらす味覚を『うま味』と名付けました。『うま味』成分には、グルタミン酸以外に、鰹節に含まれるイノシン酸、干し椎茸に含まれるグアニル酸などがあり、世界的にも『UMAMI』として知られています。近年、「うま味」成分が、身体に及ぼすさまざまな影響や効果に関する研究が進められており、「うま味」を生かした減塩食による生活習慣病対策や「うま味」の唾液分泌促進作用を利用したドライマウス改善など医療現場での活用が期待されています。



今週のお祝い

結婚祝い

深堀俊一さん
三宅敏彦さん



入会祝い

島崎義忠さん
北口功幸さん

誕生祝い

嶽本幸次さん



幹事報告 嶽本幸次幹事

- 例会変更並びに休会のお知らせ
長崎みなと RC 12/10(火) 忘年例会の為 紅葉亭
" 1/7(火)→1/8(水) 創立 40 周年式典の為
サンプリエール
長崎北 RC 12/23(月) 忘年例会の為サンプリエール
" 1/6(月)→1/9(木) 新年会の為料亭橋本
長崎中央 RC 1/6(月) 新年例会の為ガーデンテラス長崎
【休会】 長崎みなと RC・長崎西 RC 12/31. 1/14
長崎出島 RC 12/27. 1/3
長崎北 RC・長崎中央 RC 12/30
定款第 8 条第 1 節により休会
- IM のご案内 2020 年 2 月 11 日(祝) ホテルニュー長崎
13 時 30 分～ 例年通り全員登録
- インターアクト年次大会報告書回収の件
先週配付の報告書を諸事情により回収いたしますので
持って帰られた方は、例会時に事務局へお戻し下さい。

委員会報告

- 忘年例会のご案内とお願い(野崎地平親睦活動委員長)
12/24(火)は忘年例会となっております。その日は
クリスマスイブでもあり、例年のようにプレゼント
交換をしたいと思います。ご家庭にあるものでも
結構ですので、例会時または事務局までお持ち
ください。
- 会員増強委員会(平山寿則委員長)
現在会員増強は滞っておりますが、当初予算に組
んでおりました各種団体の親睦会、今からは忘年
会になると思いますが、参加するための会費やそ
の中で会員増強の話が進んだりした場合、挨拶等
訪問時の手土産代の実費を助成しようと思います。
そのための申請書を作り本日の理事会で修正等考
えていただき、事務局で準備する予定です。

忘年例会の賞品について****

出席者全員にプレゼントが出来るよう、賞品数を
把握しなければなりませんので、当日会場へ持ち
込みの場合は先にお知らせください。

長崎西ロータリークラブ
会長 許斐義彦 幹事 嶽本幸次
創立：昭和 59 年 10 月 2 日 1984/OCT2
例会：【火】午後 1 2 時 3 0 分
ホテルニュー長崎 095-826-8000
事務局：長崎市龍町 4-28 新観光開発ビル
Tel:095-828-1091 Fax:095-824-5520
URL: <http://www.nwrc2740.jp/>
e-mail: nwrc2740@ngs2.cncm.ne.jp

市内ロータリークラブ例会曜日・例会場			
月	長崎北	ホテルニュー長崎	長崎中央 ザ・ホテル長崎 BW プレミアムコレクション
火	長崎みなと	サンプリエール	長崎西 ホテルニュー長崎
水	長崎南	ANAクラウンプラザホテル 長崎グラバーヒル	長崎北東 長崎新聞社 アストピア
木	長崎	ホテルニュー長崎	長崎琴海 パサージュ琴海
金	長崎東	サンプリエール	長崎出島 ホテルニュー長崎
発 刊 構 成 編	長崎西ロータリークラブ 発刊日 毎週火曜日(翌例会日) 公共イメージP クラブ会報委員会 委員長 川口輝彦 事務局 中田久美子		

卓話

ながさきダンカーズ倶楽部

代表 井手達夫さん

「捨てたもんじゃ
ないよ」



ニコニコ目標 1,200,000 円 12/3 33000 円 累計 427,700 円

- 北口功幸さん ①安永出席委員長よりラブレターをいただきましたので、ニコニコします。2002 年 12 月 3 日入会させていただき、長い間の先輩方の御指導に本当に感謝しております。②明日の幹事の誕生日祝で大枚をニコニコします。
- 日高豊久さん 出席委員会の皆さん、お疲れ様です。
- 島崎義忠さん 昨日、入会記念日出席要請のファックスいただきましたが、本日の例会には所用が有り残念ですが欠席させていただきます。今後ともこのロータリーを宜しくお願い致します。寒冷の候、皆様にはご自愛下さい。
- 深堀俊一さん 誕生日自祝。
- 川瀬隆史さん プリザーブドフラワー、ありがとうございました。金婚式まで元気です。
- 嶽本幸次さん ①誕生日のメッセージを安永委員長より戴きました。心のこもった温かいメッセージ、ありがとうございます。②井手達夫さんの卓話を祝しまして。

