



# 神奈川県東ロータリークラブ

## KANAGAWA EAST ROTARY CLUB

2015-2016年度 第30週報 No. 1919 2016年(平成28年) 2月12日 第1919回 例会記録 2月19日発行

### 本日〈2月19日〉のプログラム

- ◆ 斉 唱 「それこそロータリー」
- ◆ 献 立 ビーフカレー
- ◆ 卓 話 「ちょっとした工夫でできる認知の鍛え方」  
かわさき記念病院 院長 福井 俊哉 様  
(紹介者 山本 登 会員)

<< 本日のBGM >>  
アルバム「MAX classics」より



PHOTO 小池将夫会員

**司 会** 小山 市康 副幹事

**点 鐘** 江森 国一 会長

**斉 唱** 「我等の生業」

**四つのテスト** 山本 芳弘 職業奉仕委員長  
(第1例会のみ)

**ゲスト紹介** 全 京秀 様 (ゲストスピーカー)  
李 徳雨 様 (米山学友 副会長)

**ビジター紹介** 横浜日吉RC 峯尾 重弘 様

**誕生日祝** 森永 健 会員 (2月12日)  
河野 明光 会員 (2月15日)  
梅崎 興生 会員 (2月22日)  
伊澤 政宏 会員 (2月22日)



2015-2016年度 RI 会長 K.R. “ラビ” ラビンドラン



世界へのプレゼントになろう

第2590地区 ガバナー 箕田 敏彦

会 長	江 森 国 一	会 計	渡 邊 淳
会長エレクト	植 田 清 司	副 会 計	白 井 康 夫
副 会 長	矢 野 修 二	S A A 長	井 章
副 会 長	加 藤 仁 昭	副 S A A	白 鳥 厚 夫
幹 事	朝 日 達 夫	副 S A A	澁 谷 高 弘
副 幹 事	小 山 市 康	クラブ会報	田 中 龍 太 郎

**例会日** 毎週金曜日 0:30 ~ 1:30 PM (第5金曜日 6:00 PM)  
**例会場** ホテルキャメロットジャパン  
**URL** <http://www.kanagawahigashi.com/>  
**E-mail** [kerc@beach.ocn.ne.jp](mailto:kerc@beach.ocn.ne.jp)

**事務局** ホテルキャメロットジャパン内  
〒220-0004 横浜市西区北幸 1-11-3  
TEL: 045-314-3900 FAX: 045-314-3555  
**創立記念日** 昭和51年5月29日

## 結婚記念日祝

植田 清司 会員（2月14日）  
江森 国一 会員（2月17日）



## 幹事報告

植田 清司 直前幹事

- ・2月27日(土)INTERCITY MEETINGのパンフレットが届きましたのでボックスへ配布致しました。
- ・先週に引き続き、2016-17年度のロータリー手帳の注文申込書を回覧致しますので必要とされる方は名前を明記願います。
- ・ロータリアン展参加者募集の案内が来ておりますので回覧致します。
- ・次週、例会終了後にクラブ協議会を開催致します。レポートの提出がまだの委員長の方は本日が締め切りとなっておりますので、至急事務局までお願い致します。
- ・本日、例会終了後に2月度定例理事会を開催致します。  
場所 3F ナイト
- ・次週は公開卓話例会となります。卓話時間を45分間とする為、お食事は例会場に到着した方からお取り頂き、例会前までに済ませて下さい。ご協力、宜しくお願いします。

## 出席報告

梅崎 興生 出席副委員長

会員総数	52名	(31+21)名	
出席会員数	41名	(24+17)名	
出席率	85.42%		
ゲスト	2名	ビジター	1名
前回補正後	90.00%	前々回補正後	93.62%

## スマイルボックス

澁谷 高弘 副SAA

横浜日吉RC 峯尾重弘様 本日はお世話になります。

河野明光君 数年前から誕生日はお断りしているのですが。  
伊澤政宏君 本日は誕生祝い、ありがとうございます。本日で72歳になります。  
森永 健君 誕生日祝い、ありがとうございます。

江森国一君 結婚記念日のお祝い、ありがとうございます。全先生、卓話よろしくお願い致します。

植田清司君 ①結婚記念日のお祝い、ありがとうございます。②本日の第一テーブルミーティング マスター白井さん、副マスター山木さん、ありがとうございました。

富居利貞君 ①2月3日の節分にご参加の皆様、ご苦勞様でした。②2月19日公開卓話例会に神奈川区老人クラブ連合会理事、多数参加。お世話になります。

青柳 紀君 2月14日聖光学院でボーイスカウトチャリティーコンサートがあります。是非、ご参加下さるとハッピーです。

山本 登君 遅刻しました。

伊東英紀君 峯尾さん、ようこそ。楽しんで下さい。

西山 潔君 全教授、本日の卓話、よろしくお願い致します。楽しみにしております。

山本芳弘君 先日は、赤堀さん、田口さん、お忙しい中お付き合い頂き、ありがとうございました。

天野公史君 月山さん、先日は綺麗な方との食事を邪魔してすみませんでした。その上、コーヒーまでご馳走頂き、ありがとうございました。

茂木知子さん ～3日では無理～赤堀会員が私に「韓国へ行ったら良い整形を紹介しますよ。パスポートと違う顔で帰国して下さい」と言います。でも、3日の滞在では無理だと思います

白井康夫君 本日、第一テーブルミーティング出席の皆様、お疲れ様でした。有意義な議論が出来ました。

長井 章君 第一テーブルミーティング参加の皆様、ありがとうございました。マスター、副マスター、お疲れ様でした。

澁谷高弘君 第一テーブルミーティング参加の皆様、ご苦勞様でした。春を告げる梅が咲きました。良いことがたくさんあることを祈ります。

2月12日	17件	60,000円
本年度累計		1,380,413円

## 「百歳人研究と長寿人類学」

中国貴州大学特聘教授 全 京秀 様  
(紹介者 米山学友 副会長 李 徳雨 様)



## ●百歳人研究の先駆者・鈴木信先生

- ・沖縄長寿研究で知られる沖縄国際大学教授で沖縄長寿科学研究センターの鈴木信所長（67）が、沖縄の長寿を紹介した書籍を米国で発刊。米大手ネット書店でベストセラー2位になるなど関心を呼んでいる。

## ●Generation war に備える

- ・北欧のように、所得税58%をモデルにするのか？
- ・方法：百歳人と生活をともにしながらインタビューする。
- ・目的：次の世代に迷惑をかけないで長寿になる方法を見つける。

## ●体を動かして一生懸命働くという生き方の結果が長寿に結びついている

- ・百寿者の9人に8人は女性。男性は1人。
- ・世界トップのサルデニア島（イタリア）は、男女比が1対2。ヌーロという山岳地域では1対1。
- ・韓国では13対1で女性が多い。
- ・ヌーロの男性たちは、羊60-70頭を追って毎日山へ登る。94歳、すべての羊の名前を呼んでいる。次々に羊が返事する。羊の家系も全部頭に入っている。

## ●102歳まで葡萄酒をつくったじいちゃん

- ・亡くなった知らせを聞いても悲しくない。
- ・幸せに生きて亡くなったな、と思える。
- ・沖縄の大宜見村（おおぎみそん）の107歳のばあちゃん。

## ●若いころの心で好きな仕事をしっかり

- ・森の中に住む104歳のアルスカじいちゃん。
- ・ベッドの上に女性のヌード写真が貼ってあった。1935年に苦労してもらったマリアの写真に、今も触ってキスしてから寝る。
- ・Outhouse（外のトイレ）かと思ったら、臭いがしない。毎日森の花を取り替える。オガクズをかぶせて臭いがしないようにして、きれいなトイレ。
- ・汗を出すだけが仕事じゃない。お金を儲けることが仕事じゃない。

## ●自分を美しく保つことに集中する104歳

- ・グループホームで暮らすヘルシンキのマリアさん（108歳でなくなった）。
- ・顔にしわがない。「私がマリアだよ！」
- ・トロント育ちで結婚。小さい店をずっと経営。
- ・78歳、夫がなくなってフィンランドにもどる。
- ・1週間ですっかり老け込んでいたのにショック。
- ・いっしょうけんめい化粧することに努力。

## ●仕事する。沖縄も濟州島も同じ

- ・仕事ができなければ不安。
- ・遺伝子研究者の生化学者の研究結果。人間は100歳まで普通に生きられるようになる。

- ・20年たったらまわりじゅう100歳。みんな寝たきりになったらどうするんですか？

- ・年金や制度では解決できない。
- ・良い人生を送った先輩たちの経験からちゃんと学ぶべきでは。

## ●孫と携帯メールなら負けないぞ

- ・大阪の立石おばあさんの引き上げ経験を聞く。
- ・箕面の中学の売店でずっと働く。
- ・釜山時代の同級生（99歳）からの手紙。
- ・「優等生」だったから嫌みに字をたくさん書いてくる。
- ・でも、私はケータイで孫とメール交換できるよ！

## ●たべものはバランスを大切に

- ・長寿食品？体に入ったら栄養になるはず。
- ・作られる環境と栄養のバランスが一番大切。
- ・特定のサプリメントなどに頼ってもだめ。

## ●誰とどんな社会でにこにこ暮らすか

- ・韓国の長寿者の13対1の理由。
- ・韓国では西が長生き、東は短命である。
- ・西は金大中大統領時代だったので、発表せず（権力者におせじを言う研究と思われたくなかった）。
- ・東では、家族や近所の人たちの関係が儒教でしばられていて非常に厳しい。
- ・厳しい顔で文句をいうと、自分の体に悪影響。

## ●自分の中の愛の感情をしっかりと大切に抱きしめていく

- ・「サルバトーレ」と言ったとき、102歳の女性の頬がピンクに染まった。

## ●長寿の秘密はないと言うものの

- ・65歳からのんびりしよう、とおもったらだめ。
- ・35年ものんびりするのかわ！？
- ・人生も二毛作時代。
- ・韓国の鬱陵島（ウルルンド）のパクおばあさん。
- ・小さなニンニク畑をつくって、誰にあげるかを考えて作っている。
- ・山の斜面で86歳のおばあさんに会ったが、這いながら畑仕事。畑の横に自分の入る穴を掘ってる。

## ●セックスも二毛作には大切

- ・濟州島の3人兄弟 合計年齢303歳。
- ・97歳の弟さんの言葉。風水を見る仕事のためか漢文そのまま難しい。
- ・「あなたみたいな変なものが教えるから学生がデモするんじゃないか」などと皮肉をいう。
- ・78歳のお嫁さんも体があまりよくなさそう。
- ・栗のマッコリ（どぶろく）をいただいて質問。
- ・「何歳までセックス？」突然まじめになって、「これは良い質問。84歳まで。その日の気持ちを思い浮かべながら今も生きている」。

## クラブ会員の広場

第26回神奈川区文化展がかなっくホールにて開催中。小池会員、角田会員、小山会員の作品が出品されておりますので、お近くにいらした際は是非お立ち寄り下さい。

**第26回神奈川区文化展**  
かなっくホールギャラリー




Photo 小池将夫

チョット振り返って見て

**【作品展示】 入場無料**  
2月17日(水)から22日(月) 写真・洋画  
2月24日(水)から29日(月) 日本画・工芸・書道  
3月2日(水)から7日(月) 華道・手芸・陶芸  
展示時間：午前10時から午後5時(各展示最終日午後4時迄)  
※日程によって展示部門が異なります。お間違えないようお願いいたします

**【茶会】お一人様 300円**  
2月21日(日) 栗原教室 2月28日(日) 舟和会  
3月5日(土) つばき会 3月6日(日) 翠和会  
開催時間：午前10時から午後3時

## 【出品作品の一部紹介】



角田 伯雄 会員 『春のアーケード』



小山 市康 会員 『朝空に映える』



## 次回〈2月26日〉の予定

テーマ 「健康的な歯と長く付き合うために

—最近の歯科事情から—

神奈川歯科大学附属横浜クリニック 院長 井野 智 様

(紹介者 西山 潔 会員)

## 例会 4 回

## 1 月度出席報告

名譽会員			出席率算出除外会員								
会 員	メイクアップ後	ホームクラブ	会 員	メイクアップ後	ホームクラブ	会 員	メイクアップ後	ホームクラブ	会 員	メイクアップ後	ホームクラブ
青柳 紀	125	100	金森 欣一	100	100	友添 辰哉	100	75	渡邊 淳	100	50
赤堀 和人	125	100	加野 亮一	75	75	長井 章	100	75	富居 利貞	25	25
朝日 達夫	100	75	小池 将夫	100	75	中野 真理	75	75			
天野 公史	175	100	河野 明光	125	100	西山 潔	125	75			
雨宮 和則	0	0	小山 市康	150	100	古澤 一憲	100	100			
飯田 泰之	100	100	佐藤 勝彦	125	75	茂木 知子	100	100			
伊澤 政宏	75	75	澁谷 高弘	100	75	森永 健	125	100			
石川 正三	100	75	白井 康夫	100	50	矢野 修二	150	100			
伊東 英紀	125	100	白鳥 厚夫	125	100	山木 幹夫	50	50			
岩澤 利雄	100	75	須永 久一	50	50	山崎 善也	75	75			
植田 清司	150	100	田口健太郎	100	75	山田 正憲	150	75			
梅崎 興生	100	100	竹山 洋	100	25	山本 登	100	75			
江森 国一	200	100	但野真実子	100	75	山本 芳弘	100	75			
鴻 義久	75	50	田中龍太郎	125	75	横溝 亘	125	100			
大橋 秀行	0	0	田邊 正彦	125	100	吉田 隆男	100	75			
岡部雄一郎	100	100	月山 勇	125	100	吉橋佐千男	0	0			
加藤 仁昭	150	100	角田 伯雄	100	50	我妻 隆邦	0	0			
月平均 94.81%											