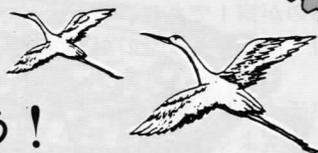




# ENJOY ROTARY!



## ロータリーを楽しもう!

会長 高橋良士 幹事 佐々木詰彦 クラブ奉仕 佐藤 衛 職業奉仕 忠鉢 徹 社会奉仕 斎藤 昭 国際奉仕 塚原初男 青少年奉仕 加藤 賢

出席報告:会員 88 名 出席 63 名 出席率 73.68 % 前回出席率 77.33 % 修正出席数 72 名 確定出席率 85.33 %

### 会長報告

高橋良士君

「かぜ」が大分流行っておりますので、少し「かぜ」についてお話してみたいと存じます。

「かぜ」は感冒など色々な名称で呼ばれておりますが、古くは唐の役人がちょっと身体違和感があるとき欠勤届の用語に「感冒」という言語を用いたといわれております。

我国では、「続日本記」の第49代光仁天皇の時代に「風の病」という言葉が始めて出ておりますし、現在に至っても「かぜ」はすべての急性疾患の半数以上を占めるという地球上で最も頻度の高い病気であります。

「かぜ」の原因の90%以上はウィルスの感染によるもので、他に細菌やマイコプラズマの感染、寒さに依るものなどがあります。

一般に「かぜ」と申しますと普通感冒 (Common Cold) に始まって軽い肺炎までという広義の解釈もありますが、狭義には普通感冒といわれる、私共が申しております上気道感染症、いわゆる「鼻かぜ」「喉かぜ」であります。

アメリカのデータですが、年間1人のひとが「かぜ」を引く回数には3~5回で、1才以下となりますと6~8回で、6才までは非常に高い頻度を示しております。

一般成人でありますと3~4回「かぜ」にかかりますから、そこで仕事のロスが生じます。

大人の場合ですと、30%~50%仕事を休んでしまいますし、子供の場合は60~80%が学校などを休むという事で社会的にも問題が生じて来るわけです。

よく「かぜは万病のもと」といわれておりますが、例えば「かぜ」でない病気でも初期症状として「かぜ」としかとらえられない。だからスタートの症状として沢山の病気の可能性が含まれているという意味もありますし、二次的にいろいろな余病をおこすという問題も含まれているわけです。

江戸の川柳に「鼻かぜがはやってどうにか息がつけ」というのがありますが、これは医者立場からで、笑ってはいられない事実ではありますが、確かに「かぜ」のはやり具合いかんでは第1線の開業医の診療成績にも反映して参ります。

「かぜ」の治療ですが民間療法を調べてみますとミミズの煎じ茶が古くから漢方薬にもありますが解熱剤として用いられております。日本では熱燗に卵を入れた卵酒がありますが、イギリスへ行きますと黒ビールに卵を入れて温めてのむ、子供はジュースに卵を入れてのむようでありまして、北欧では焼酎みたいなものに卵を入れて温めての

## ENJOY LIFE

### 銭湯めぐり

奥野洋一

今、温泉ブームだそうだが、わが家も全員温泉好きである。ところが小生の身分ではそう度々行く訳にはいかない。そこで前任地の仙台で金も時間も格段に節約でき、かつそれらしい気分になれるであろうと、下の子供と二人で温泉めぐりならぬ銭湯めぐりを試みた。

タウンページ(職業別電話帳)でどういう銭湯があるかを探し(PRめいてすみません)、

地図で場所の見当をつけてでかけた。土曜日の夕方早く行くことが多かった。仙台市内には当時約25軒の銭湯があったが、こんなふうにしてそのうちの15軒ほどを廻った。

いろいろ体験したが、あるところではいい気分が湯船につかっていたところ、入ってくる人のほとんどが背中に刺青をしていて、あわてて飛び出てきたこともあった。

非常に楽しい思い出だが、子供も大きくなってきているので、もうこういうことはできないのではないかと思うと少々寂しい気持ちがある。

### エンジョイライフ

んでおります。要するに温かいお酒で体をあつためるのが第1であり、早く休んでおしまえば2日位で治ってしまうのが「かぜ」の状態であります。

さて「かぜ」の予防法であります、流行期には、まずよく手を洗うこと、これは「せき」や「くしゃみ」で周囲にとび散ったウィルスが粘液の中で生きております。これを触った手で自分の口へ運ぶ日本人は、特に手を鼻や口へもっていくのが得意ですから、これが原因でうつる事が大変多い様であります。

湯あがりに冷水摩擦をいたしますと「かぜ」を引く回数が非常に減ります。

又、寒いときには伊達の薄着をせずに厚着をする事が肝要であると思われまます。

**幹事報告**

佐々木 詰彦 君

◎ 来 信 ・ 通 知

- ① 1/23 ライラ研修会からカウンセラー 2名 派遣願ひ  
ライラ実行委員会
- ② 1/25 会報到着 酒田東RC 山形RC 山形西RC
- ③ 1/25 草の根国際交流シンポジウム 共催依頼 鶴岡市長
- ④ 1/26 温海RC創立20周年式典日程変更 6月3日(日)
- ⑤ 1/26 いなほの会通信
- ⑥ 1/26 新会員セミナーのお礼状  
分 区 代 理

◎ 例 会 変 更

鶴岡西RC 2月9日(金)たら汁例会のため  
場 所 坂 本 屋  
点 鐘 18:00  
登 録 料 ¥ 4,500

タ ラ 汁 例 会

／ 料理長あいさつ ／



新穂 光一郎 君  
おぼんでございます。鱈はこれまで十数回料理した中でベストです。海の状態が良くて日曜日から漁れ始めたそうです。きのうとっておいたんですが、今日さらにいいのが入ったのでチェンジしてもらいました。鱈そのものはいいので、サシミもたべられます。あとは、あまいとかしょっぱいとかいっていただければいいと思います。

私もそろそろ十数回にもなりましたので、後継者を育てたいと思っていますので希望者がおられたら私のところまでよろしく願いいたします。

／ カンパイ ／

会 長 高橋良士君  
本日は庄内の冬の風物詩でございませす。「鱈汁例会」でございませす。新穂名シェフが腕によりをかけてお待ちしているようございませす。また後ほどオークションもございませす。皆様を金余りの日本人とは申しませせんが、ピカソやゴッホのひまわりを落とすいきおいでチャレンジして頂きたいと思ひませす。それではカンパイ!



「デブラー」さんを囲んで  
オーストラリアからの留学生

酒豪番付

東

|      |     |      |      |      |      |     |      |      |       |      |     |     |      |     |      |     |     |    |
|------|-----|------|------|------|------|-----|------|------|-------|------|-----|-----|------|-----|------|-----|-----|----|
| 横綱   | 張横綱 | 大関   | 張大関  | 関脇   | 張関脇  | 小结  | 張小结  | 前頭   | 前頭    | 前頭   | 前頭  | 前頭  | 前頭   | 前頭  | 前頭   | 前頭  | 前頭  | 前頭 |
| 石川寿男 | 中江亮 | 小池繁治 | 上野三郎 | 玉城俊一 | 内山喜一 | 三井健 | 若生恒吉 | 荒井宏明 | 笹原信一郎 | 佐藤元伸 | 迎田稔 | 佐藤昇 | 富田直治 | 荻原晋 | 毛呂健士 | 忠鉢徹 | 齋藤隆 |    |

|     |       |
|-----|-------|
| 行司  | 高橋良士  |
| 審判部 | 佐藤伊和治 |
| 審判部 | 芳網末松  |



今年はどんな味かなー



～ ザ・オークション ～



“テキヤのテッチャン”名口上



「のせられてしまうねー」

／ 会報委員会 ／

小松 稔君

ちょっとお時間を頂きます。番付あとでゆっくりご覧いただきたいのですが、番付ができたゆえんは、別になんにも無く、偶然の思いつきでやっただけの話です。特別の思い入れはなく、まったくの遊びでやったことでございますけれども、アンケートにご協力いただいた方が想像以上に多かったものですから、若僧の遊びにしては協力が得られたものと喜んでおります。

／ 酒豪番付行司 ／

高橋良士君

アンケートによる自主申告であるため、番付を拜見すると中には少々、控えめに解答された会員もおられる様である。というのは、アルコールの飲みすぎによる肝疾患の患者さんを問診すると、



“東の正横綱に敬意を表して”

呼出 佐々木 喆彦  
 審判部 早坂源四郎  
 審判部 嶺岸光吉

酒豪番付

西

|    |     |    |     |    |     |     |     |    |    |    |     |    |    |    |    |    |    |    |
|----|-----|----|-----|----|-----|-----|-----|----|----|----|-----|----|----|----|----|----|----|----|
| 横綱 | 張横綱 | 大関 | 張大関 | 関脇 | 張関脇 | 小结  | 張小结 | 前頭 | 前頭 | 前頭 | 前頭  | 前頭 | 前頭 | 前頭 | 前頭 | 前頭 | 前頭 | 前頭 |
| 高橋 | 佐藤  | 阿部 | 松田  | 佐藤 | 秋野  | 山口  | 藤川  | 富田 | 清水 | 板垣 | 丹下  | 佐藤 | 秋元 | 庄司 | 皆川 | 村中 | 日向 |    |
| 登  | 忠   | 信  | 士郎  | 友吉 | 忠   | 篤之助 | 享胤  | 利信 | 二郎 | 広志 | 誠四郎 | 衛  | 順雄 | 嘉男 | 光吉 | 文章 | 一男 |    |

実際には毎日5合の晩酌をしている（家人の言によると）患者さんは、3合位しかのまないときまって少なめの答えがかえってくる。

御存知のようにアルコールは必ず肝臓を通る飲物であり、アルコールの飲みすぎは肝臓病の終着駅ともいわれている肝硬変へと進行することが多い。

そこでアルコール摂取量の安全域の上限は日本酒では1日3合、ウィスキーではダブル3杯、ビールなら大ビン3本が限界であり（勿論これより少ない方がよしい）、しかも週2回は休肝日とすることがのぞましい。従って、この基準をオーバーしている会員は今からでもおそくはないから節酒される様に。

又、お酒をのむときは肝臓を保護する意味で、食事を充分摂取することである。

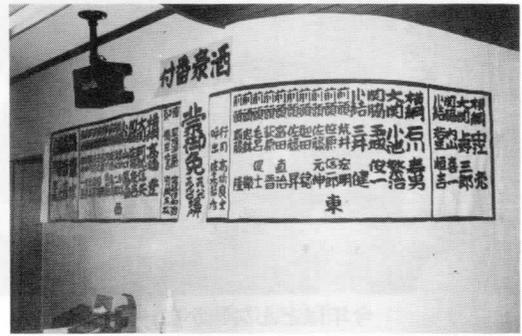
酒は古来“百薬の長”といわれている様に、メリットも極めて高く、その適量はストレスの解消、更に人間関係、コミュニケーションの円滑化には欠くべからざるものがあり、その効用は計りしれないものがある。



今日の鱈汁はサイコー！



ゲスト立川RCのみなさん



佐々木耕雲筆による見事な番付表

／ おわりのことば ／



佐藤 昇 君

本日、新穂光一郎君には、すばらしい鱈汁を調理して頂きありがとうございました。又、社会奉仕委員会の皆様もご苦労様でした。最後に佐々木君の名口上にお礼申し上げ、本日の例会を終了させていただきます。



ゲ ス ト

- 加藤 有倫 君 (鶴岡西RC)
- デ プ ラ ー さん
- (オーストラリアよりの交換学生)
- 保科 幸三 君 (立川RC)
- 石崎 石雄 君 (立川RC)
- 鶴巻 鉄也 君 (立川RC)

13日(火)のプログラム予定

ガバナー公式訪問  
職 場 訪 問