



## Innovation for the Rotary club ロータリーに新風を

東日本大震災の支援とともに重要キャンペーンは「ラオスの国際社会奉仕事業」と「タバコの害」です。炭谷亮一

### 「タバコの真実」その34 2011. 6. 2. 村田祐一

#### タバコの害のおさらい



タバコの真実を書き始めてもうすぐ1年間になります。今回は復習編です。決して復讐編ではありません。タバコの害についておさらいします。

タバコには判っているだけでも200種以上の有害物質が含まれています。代表的なものとして、1) 血管収縮作用と依存症をきたすニコチン 2) 様々な癌を生じさせるタール 3) 酸素運搬を妨げ運動能力の低下をきたし、どろどろ血にする一酸化炭素。ドロドロ血は血管収縮作用と一緒に心筋梗塞、脳梗塞をおこします。有害物質にはダイオキシン、ヒ素、カドミウム、ベンツピレンなども含まれます。これらの毒物は気管支喘息、慢性閉塞性肺炎患、生まれてくる子供の知能低下、精神疾患(学校破壊の原因の一つになっている注意欠陥障害など)といった健康および精神障害を起こします。これらの被害は喫煙者本人はもちろん、その周囲にいる間接喫煙者にも及びます。環境への悪影響として、火事、ゴミ、小さな子どもの誤食の原因の1位がたばこです。波打ち際の打ち寄せられたごみを覗いてみてください。腐らないタバコのフィルターが沢山見られます。このフィルターが死んだ海洋生物の消化器官から見出されています。

### 「タバコの真実」その35 2011. 6. 9. 村田祐一

#### 館ひろし氏が禁煙に成功しました！！

一昔前、タバコは恰好良い小道具の一つでした。館氏もその恰好良い中の一人に数えられています。しかし、製菓メーカーのファイザーの禁煙ポスターに登場し、禁煙を宣言します。自身の健康のため、周囲の健康のため。健康を気遣ってくれる人に心配をかけないため。喫煙歴40年、実生活でも何度も禁煙に挑戦しながら失敗してきた館ひろしさんが、医療機関に通院し禁煙に成功しました。詳しくは「館ひろしさん禁煙の記録」で検索ください。今日では喫煙はお金を払って健康を害する「恰好悪い」ことです。次に禁煙に成功した人の話を紹介します。「禁煙で太ることを気にしていたのですが、イライラして間食が増えることもなく、体重はほとんど変わっていません。タバコの臭いにとっても敏感になりましたね。エステティシャンという職業柄、喫煙していることに後ろめたい気持ちはありましたが、タバコの臭いをさほど気にしていませんでした。喫煙している人のタバコの臭いに気づいて、自分もそうだったのかと気づかされました。」以前にも書きましたが、禁煙をしようと思う方、医師の診察を受けチャンピックスという薬の服用してください。約60%の方が禁煙に成功しています。今年の禁煙月間に合わせて軍団の人たちも禁煙に踏み切りました。世の中はタバコの害をなくする方向に向かっています。喫煙されている方今一度「禁煙」について考えてみてください。

一部ファイザーの記事を載せさせて頂きました。

#### 2010～2011

**(役員)** 会長：藤間勘菊 エキ：西村邦雄 副会長：北山吉明 幹事：宮永満祐美 副幹事：上杉輝子

前会長 村田祐一 会計：竹田敬一郎 SAA：永原源八郎

**(理事)** クラブ管理運営委員長：水野陽子 副：二木秀樹(親睦：上杉輝子 プログラム：魏 賢任

SAA：永原源八郎 ニコニコ：二木秀樹 友好・クラブ細則：井口千夏 奉仕プロジェクト委員長：吉田昭生

副：魏 賢任(職業：申 東奎 社会：野城 勲 国際：木村幸生 ラオスITセンタープロジェクト：炭谷亮一)

会員組織委員長：金沂秀 副：杵屋喜三以満 (会員増強：金沂秀)

ロータリー財団委員長：木場紀子 副：東海林也令子(ロータリー財団・米山：吉田昭生 年次寄付：藤間勘菊)

広報委員会委員長：多田利明 副：北山吉明・土田初子(広報：東海林也令子 ロータリー情報：土田初子

会報：石丸幹夫) PETS・地区協議会実行委員長：北山吉明 副：多田利明、宮永満祐美、井口千夏

理事： 常任理事： 石丸幹夫

★太字：理事役員

例会場 ホテル日航金沢 5F 〒920-0853 金沢市本町 2-15-1 T076-234-1111 例会日時 木曜日 19:00

事務室 ライブ1ビル 2F 〒920-0852 金沢市此花町 3-2 T262-2211 F262-2241 (事務局) 相川晶代

E-mail khrc@quartz.ocn.ne.jp

ホームページ URL http://www17.ocn.ne.jp/~hrc/

事務局執務時間 月火水金 10:00～16:00 木 15:00～20:30 休憩時間 12:00～13:00 休日 土日祝日



# 例会優り

607回

ホテル日航5F

2011 6.2 (木)

出席率 20/37 54.05%

修正出席率 69.12%

## 点 鐘

国歌 『君が代』

SONG それでこそロータリー四つのテスト

藤間勸菊会長挨拶：林 克吉様が新しく入会されました。大変嬉しくおもいます。また本日は椎茸栽培で有名な百万石椎茸の宮川 真治 様を講師にお迎えしています。よろしくお願ひいたし



ます。

ゲスト紹介 (卓話) 宮川 真治 様

ビジターの紹介 なし

林 克吉 (かつよし) 会員の入会式

会員章 (バッジ) の贈呈

今月の誕生者 6/15 川きみよ会員 6/16 魏

賢任会員 6/17 永原 源八郎会員



## 食事と歓談

### 幹事・委員報告

たします。

西村邦雄会長エレクト：6/30 の例会は慰労会と新会員の歓迎会を壽屋でい



### ニコニコBOX

¥8,370 本年度累計 ¥780,909 残高¥3,266,493-

藤間会長 宮川様、卓話宜しくお願いします。林克吉さん、ご入会おめでとうございます。これから宜しくお願いします。井口会員 林さんようこそ。これから宜しくお願いします。宮川様、本日は楽しみにしております。魏会員 皆さん、こんばんは。おかげさまで今日から林さんが正会員となりました。今後とも可愛がっていただければ幸いです！宮川先生のお話を楽しみにしております。多田会員 林さん、ようこそ。宮川さん卓話宜しくお願いします。二木会員 林克吉さん、ようこそ宮川さん卓話宜しくお願いします。

### 講話の時間

講話：宮川 真治様 「金沢を元気にする農業経営」

紹介 昭和36年金沢市生 巨大椎茸の菌床栽培に成功し百万石しいたけとして商標登録をした。



今から47年前に父が椎茸栽培農家を創業しました。

元々、椎茸は山の中の原木で栽培していました。今は年間を通じて大量生産できる菌床栽培に転換することに成功しました。ただし、設備投資と技術が求められるハイリスク・ハイリターンの世界です。椎茸栽培には日陰と風通しが大切で、今の場所は理想的な環境になっています。さらに菌床栽培では空調も大切でピーク時には月に燃料代が80万円もかかります。

農業で金沢を元気にしたいという想いで林業大学に2年間行きました。浅野川の氾濫を機に森の貯水効果や間伐材の活用という事を学びました。椎茸栽培に高くても金沢の間伐材を使うのはそんな思いからです。

父と母を含め従業員はほとんど70代ですがみんな元気です。

生きがいを持って仕事をしてもらい、結果として医療費を低減させることでも貢献したいです。

生産販売農家として市場まかせにしない販売をしています。普通の流通だと収穫から1週間後に店頭に並ぶこともあるなか、こちらは24時間内に店頭に並べ鮮度が大切な椎茸の風味を食卓に届けています。販売先も多々あり味と大きさを変えてニーズに合わせた商品開発をしています。

今日は皆さんに椎茸の培養キットをプレゼントします。今日のテーマは金沢を元気にしたいということでしたが自分はまだ独身で少々元気が足りません。農業に理解のあるいい人がいましたらよろしくお願ひいたします。

記事は 第126回金沢市北倫理法人会モーニングセミナーから利用させていただきました。



## 点 鐘

## 南光州41周年と会長 役員離就任式の案内

ご希望の方は、是非ご参加下さい。詳細は下記の通りです。2パターン用意しました。

A) 6月26(日)富山発インチョン着 移動金浦より光州1泊夜飯  
迎会 6月27日記念例会 PM 6時30分

夜行バス似てインチョン空港へ28日午前富山着  
費用は概算でエア― ホテル―拍 韓国内移動 約70,000円

B) 6月24日(金)富山発24日25日ソウル泊まりソウル2泊光州1泊

26日 日曜日出発組とインチョン もしくは金浦で合流 南光州へ出発。

エア― ホテル3泊 国内移動 約90,000円 (金会員まで6/3(木) 〆切 御願いたします。)  
人数と泊まるホテルで金額は変割ります。事務局 相川

## クラブ例会予定 2010-2011年度

6/9 宮川真治様 椎茸栽培について

6/16 山縣秀行様 (寿屋 社長)

6/23

## 4月以降の金沢市内8RCの例会変更

金沢西RC 6/24(金) 18:00~金沢都ホテル「最終夜間例会」

金沢南RC 6/28(火) 休会

金沢北RC 6/16(木) 休会 6/30(木) 18:30~ 松魚亭 「最終夜間例会」

金沢香林坊RC 6/20(月) 18:30~「やれやれ会」

## ガバナーエレクトからの手紙 2011.6.16 炭谷亮一

### 海外危険旅行



海外へ日本から世界中いたるところに自由に旅行に出かける日本人の存在が見られる時代となりました。しかしそこは天国か地獄か、今回はどこが危険かランキングをつけてみようと思います。

今一番危険なのは紛争地域、アフガンやイラクだと思います。ジャーナリストならいざ知らず、一般の旅行にはちょっと危険すぎてランキングから除外です。それでは世界一危険な都市は、実は昨年サッカーのワールドカップの開催都市南アフリカのヨハネスブルグだそうです。ワールドカップ中は、南アフリカ政府は、もちろん警備に最大限力を入れ、又広報活動にも力を入れ、例を挙げれば、安全確保するにはドア―からドア―へ迅速に移動することが大切で、車から建物へ、建物から車へ速やかに行動することが肝要だと観客に伝えていました。

こんな例がありました。日本人の男性客が、ホテルから出てちょっと一服煙草を吸おうとすぐにバスに乗らず、それを見たガイドも含めて関係者全員が猛烈な勢いでこう注意しました。「死にたいんですか。」

かようにヨハネスブルグが危険度 No. 1 となりました。

ワールドカップ開催中、南アフリカ政府は危険な人達に、どうか大会期間中おとなしくしてほしいと、そうすれば金品を提供すると呼びかけたそうです。将来ヨハネスブルグでオリンピックが開催出来る様になれば、平均的に危険な都市になったあかしではないでしょうか。

危険度ランキング No. 1 ~ No. 5 に以下の通りです。(1) ヨハネスブルグ (南アフリカ) (2) ラゴス (ナイジェリア) (3) ナイロビ (ケニア) (4) コロン (パナマ) (5) メキシコシティ (メキシコ)

皆さん、「君子危うきに近よらず」ですよ、ボン・ボヤージュ!!



## 会員消息 吉川照子作品展 しゅんこう和紙ちぎり絵

東海林也令子の御母堂様です。

2011.6.19 まで ガーデンホテル

オーストリアへ行ってきました。

石丸幹夫



5/30 インズブルックに向かう。  
プロベラに映る夕日が美しい



5/31 インズブルックのハーフェレ  
カールスピツェにて



6/3 シューベルト夫妻、プリンツ氏  
ウイーン郊外のホイリゲ Zeiler にて