

常陸太田ロータリークラブ

HITACHI-OTA ROTARY CLUB

RI 第2820地区

No.13834

(1960年1月13日設立)



RI 会長方針



会 長 草野 朋子
 例 会 場 常陽銀行太田支店3F
 例 会 日 毎週水曜日/12:10~13:10
 最終例会18:30 レストランばんび
 会報委員 鹿志村 勇夫・塩原 拓海
 成井 小太郎・石川 主税

(先週例会) 2016年12月14日 NO. 23

(本日例会) 2016年12月21日例会 (通算NO. 2782)

本日のプログラム(12月21日)

- ☆ ライオンズクラブとの合同例会・交流会
道の駅ひたちおたにて
- ◎ 両クラブ会長挨拶

◎ ゲスト紹介

小田部 啓子 様
 米山奨学生 パク ソウン さん

◎ 米山奨学金授与

◎ 会長タイム(草野会長)

こんにちは。忘年会シーズンですのでアルコールについてお話させていただきます。

『御馳走をいっぱい食べても、大量にお酒を飲むとメのラーメンが食べられるわけ』

酔っぱらって判断力を失くした脳が、もっと食べると間違えて命令してしまうから、というのが近い答えです。アルコールを分解するのに補酵素(酵素の働きを助けるもの)が使われ、ニコチンアミドアデニンジヌクレオチド(NAD+)が消費されます。一方、人間の体は血液の中に一定の糖が無いとエネルギーが切れて、ガス欠で動けなくなってしまうため、血糖値を常に平均に保つために、肝臓のグリセロールと乳酸を使って糖を作り上げています。その糖を作るのにもNADが使われます。大量のアルコールを分解するためにNADが使われてしまうので、NADが不足して糖が作られなくなっ

てしまうので、血糖値が下がり、脳は血糖値を上げるのに必死で「もっと食べる!」と空腹感を作ります。それで、さらにメのラーメンが食べられるのです。脳のおバカな命令に従って食べたら、脂肪肝になってしまいますので注意しましょう。

『アルコールの量』

ビール2L: 88.9g 赤ワイン1本: 83g

日本酒3合: 85.3g 焼酎500ml: 98.8g

アルコール20gを分解するのに体重が60kgの人で3時間かかります。夜7時ごろから飲み始めて、お酒が抜けるまでに翌朝7時では12時間、まだ残っていますね。飲酒運転にも気をつけましょう。

◎ 幹事報告(篠原幹事)

- ① 米山特別寄付、現金で納入の方はお早めに。
- ② R財団寄付は本日とりまとめをし、今月中に送金します。1月に後期会費と合わせて納入をお願いします。支出が多い時期ですが、皆様のご協力を得ましてクラブ運営をしていきたいと思っております。
- ③ 12/21(水)道の駅ひたちおたでライオンズクラブとの合同例会 18:30~ 当日会費を集金
- ④ 本日例会終了後年次総会・理事会開催

◎ 副幹事報告(岩間副幹事)

回覧…市報、米山普通寄付明細表、小田部様よりの資料

◎ ロータリーの友から(大森雑誌・広報委員長)

今月号のご紹介をします。ご一読ください。

欠席連絡先 篠原幹事 FAX 029-270-8552
 携 帯 090-2257-6784

又はクラブ事務所 TEL 72-0590
 FAX 72-1590

- ・3P RI会長メッセージ「見ず知らずの人たちを支援する」
- ・39P 今後のRI国際大会 2020年にはハワイで、次の年は台北で大会です。ぜひ行きましょう。

◎ 委員会報告

青少年奉仕委員会（野内委員長）

1/29(日)青少年の主張弁論大会
生涯学習センター 基調講演は水府中出身の石川君(青山学院大陸上部)です。 7:45集合。多くの皆様のご出席をお願いいたします。

◎ 小田部様紹介（大森会員）

小田部さんは白羽町にご主人とお住いです。私と同じ日本レクレーション協会の公認指導者で、一緒に活動しています。2年前突然ブラジルへ行くという話に驚きました。JICAのシニアボランティアとしてベレンという所で日系の方の介護施設で活動し、今年6月に帰国されました。

◎ 卓話（小田部啓子様）

こんにちは。夫と二人でいるのにちょっと飽きたということで、2年間行ってまいりました。国際協力機構(JICA)では、青年海外協力隊、海外シニアボランティア、日系社会青年ボランティア、日系社会シニアボランティアの4種類のボランティアがあります。私は日系社会シニアボランティアとしてブラジルへ行きました。シニアボランティアは40～69才まで応募できます。1次試験、2次面接を通り、JICA横浜支部で50日間缶詰になって勉強し、行くことができました。

戦前戦後、日本から中南米にたくさんの移民の方が行かれました。その方々が築いた日系社会から、高齢者介護、日本語、野球、幼稚園の先生等の要請があり、それぞれの地域に派遣されます。1番多いのは日本語の先生です。日系社会の1世・2世の方々は、日本語が忘れ去られてしまうことが寂しいという気持ちを強く思っているようです。ブラジルの国土は日本の23倍、人口は約2億人です。私の行ったのはベレンという所で、アマゾン流域、赤道直下、1年中ランニングかタンクトップで過ごせる所です。人口は150万人、その約1%が日系の方々です。最初は何も分からないところに1人、迷子の子供になったような気分でした。運良くアパートの大家さんが日系人で、20年間日本に出稼ぎに来ていた方だったので助かりました。

私はベレンの日系社会の高齢者施設で活動をしました。10名ほどの、障害が重い入所者ばかりの施設で、無理かと思ったのですが、皆さんが喜んでくれたので頑張ってみようと思いなおしました。レクレーションで勉強した歌に合わせた手遊びや、お手玉、輪投げなどをしました。毎日毎日「七つの子」などを歌っていたら、へそ曲がりでも全く反応しなかった人が何でも無い時に歌っていました。良かった、諦めないで続けていると心の中に沁みしていくものがあるんだとうれしく思いました。いろいろな方が移民として渡っていますが、今現在元気で生活されている方は、ご苦勞を乗り越えて、人の為にとか自分が世話にならないように元気で、という強い思いを持って日系社会の中で生活しているなという気がしました。

◎ ニコニコボックス（塩原拓海副委員長）

共通テーマ

「小田部様、ようこそロータリークラブへ。」

卓話楽しみです。」14名

自由テーマ（敬称略）

「早退をお許してください。」高和

「先週お弁当をいただきました。」篠原

「妻の誕生祝ありがとうございます。」野内、神長

「小田部さん2年間ご苦勞様でした。」大森

「黒沢さんお嬢様デビュー

おめでとうございます。」草野

「結婚祝ありがとうございます。」中郡

「まとめてニコニコ。」石川主税

今週計 41,000円

累計 712,000円

◎ 出席委員会報告（富永昇二委員長）

全会員数	出席者数	免除者欠席数	出席率
34名	29名(mu-)	0名	76.47%

前週訂正出席率 --.-%(メイクアップ一名)



小田部様 卓話