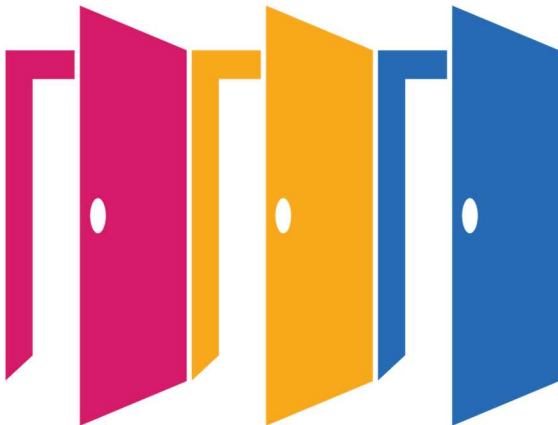




第 2790 地区

印西ロータリークラブ 週報

第 2536 号



ロータリーは機会の扉を開く

創 立 昭和 42 年 3 月 11 日
承 認 昭和 42 年 4 月 26 日
例 会 日 第 1.2.3 水曜日 12:30 ~ 13:30
第 5 水曜日 18:30 ~ 19:30
会 場 柏 屋 0476(42)2043
事 務 所 〒270-1327
千葉県印西市大森 4450-47
TEL 080-1192-0281
FAX 0476(42)3101
会 長 堀 江 恭 一
幹 事 稻 葉 健
クラブ会報リーダー 星 野 宏 明
HP  <https://inzairc.com/>
FB  <https://facebook.com>

第 2576 回 例会 2020 年 8 月 5 日(水)
於 : ZOOM 点鐘 : 12 : 30

- 点鐘 堀江 恭一 会長
- 開会宣言 玉木 実 会員
- ソング 君が代、我らの生業
- 4つのテスト 堀江 恭一 会長
- お祝い <本人誕生>
- 板倉 正直 会員、
- 武藤 弘 会員
- <配偶者誕生>
- 米井 重行 会員
- ニコニコ 鈴木 治美 会員



先日赤い模様の入った黒アゲハが我が家の庭に来た話をしましたが、その次の日にも買い物に行く道すがら、私の前を飛んで来ました。これが先月の話。今月は2日連続で今度は緑色の模様のアゲハがまたもや我が家に来ました。普通のアゲハはよく飛んでくるけど、今年は今

まで見たことのないアゲハが姿を見せてくれる。小さいけど、幸せ感を感じます。

・乾杯

星野 宏明 会員

◇会長挨拶

堀江 恭一 会長

皆さん、こんにちは。ようやく梅雨も明け、日差しが戻ったのは良いですが暑さもひとしおというところです。コロナ感染に気を付けなくてはならないとともに熱中症に対しても十分注意してください。

さて現在、理事会では事務局・小作さんの働き方改革に着手しています。新型コロナウイルス感染拡大に伴って昨年度の後半にクラブ活動が出来ないという状況になって初めて当クラブの事務局に対する大変稚拙な待遇が浮き彫りになりました。もう何年も当クラブの事務作業をしてもらいながら勤務・待遇についての契約どころか覚書さえも無いのは大変まずいことです。

いつの間にかあらゆることを事務局任せにし、事務局がバックグラウンドで大量の仕事をこなしてきたことを、そして今の事務局が単なる事務員ではなくマネージャーのような存在となっているのをご存知でしょうか。仕事量に見合った対価を考えたとき残念ながら今の当クラブにはその余裕はありません。

その昔事務局は無く、すべて会員が管理運営をしていました。さすがに今はそれはできないでしょうが、まず本来会員がすべきこと、出来ることを率先して行いましょう。それはクラブ管理運営のリスク回避にもなります。

現在どの部分を事務局が担当し、どの部分を会員が行うかは協議中です。なるべく早くすっきりした形で事務局の勤務体制を整備し、待遇を明確にした取り決めを明文化したいと思っています。

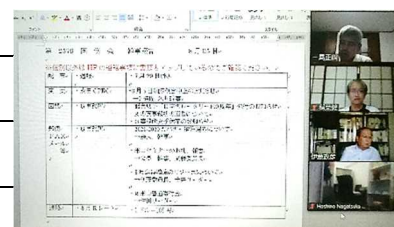


◇幹事報告

稲葉 健 幹事

※個別以外は HP の連絡事項に書類をアップしているのご確認ください。

配布	・週報 ・G 月信、R の友	・7 月 29 日(水) ・8 月号(郵送)
変更	・成田 CPRC	・8 月 5 日納涼例会中止のお知らせ →G 補佐、米井幹事
回覧	・G 事務所	・R の友事務所の運営について ・G 事務所夏季休業のお知らせ ・記念切手「日本のロータリー100 周年」発行のお知らせ



郵便 FAX メール等	・G事務所	・2021-2020 ガバナー補佐選考について →会長、幹事 ・米山セミナーのお礼、報告 →会長、幹事、武藤委員長 ・8月会員増強のリソースについて →伊藤委員長、米井リーダー ・R 米山普通寄付金 →仲田リーダー
連絡	・8月Rレート	・1ドル=105円

◇委員会報告

○出席奨励 玉木 実 リーダー

	総数	出席	欠席	M/U	出席率
8月5日	14	7	7(免2)	1	66.7%



◇卓話 「滋養強壯」

伊藤 政彦 会員

皆さん こんにちは

8月に入り、猛暑が続きますがマスクをして外出をするのは何ともしんどいものですね。

本日は「滋養強壯」について話しをしてみたいと思います。

人は誰しもが歳をとるとともに身体能力の衰えを感じ始めるものです。

近年は異常な暑い夏日が続きますので体力の消耗もかなりなものです。こうなると何か滋養強壯によさそうなものに頼りがちになります。さしずめ土用の丑の日の「ウナギ」なんかはその代表選手と言えるでしょう。

さて、滋養強壯ですが、まず滋養とは「体の養いになるもの即ち栄養のこと」をいいます。滋養のあるものを食べなさいなどとよくいいますが、つまりは栄養のあるものを食べなさいということと同じです。そして強壯とは「強く健康で元気であること」をいいます。そもそもこの「滋養強壯」という言葉は漢方医が良く使うキーワードで、漢方薬を扱う薬局では「滋養強壯」と大書した貼り紙を見かけますね。つまりこれは漢方用語で馬場さんの専門分野です。

私は、食を研究している身でありますからこの「滋養強壯」を薬やサプリメントではなく食べ物や料理の観点から語ってみたいと思います。

昔から精のつく食べ物というと、皆さんよくご存じのウナギ・ニンニク・すっぽん・山芋・ニラ・生卵・牡蠣・レバー・ウニなど様々なものがあります。

私は、仕事柄いろいろなものを食べる機会に恵まれましたが今日はその中でも滋養強壯においては最強と言われる「mamsh料理」を紹介してみたいと思います。

あれは確か昭和58年頃のことであつたかと思いますが、私が30歳位のことです。銀座の泰明小学校近くに行きつけのバーがありまして、そこの常連客であつた声帯模写の桜井長一郎さんと顔見知りになりました。桜井長一郎は皆さん知っていますか。若い方は知らないでしょうが声帯模写ではかつて一世を風靡した方です。東映のスター（片岡千恵蔵・長谷川一夫・月形龍之介。大友柳太郎・山形勲など）そして政治家（吉田茂・池田勇人・田中角栄・大平正芳）などの物まねで大変な人気を博しました。

桜井さんは当時67歳ぐらいでちょうど今の私ぐらいの歳であつたと思います。桜井さんは商売柄とはいえとてもそんな歳には見えませんでした。浅黒く締まった顔には艶があつて血色もよく、目の方も老眼鏡など全く無縁といえます。「医者からは45歳ぐらいの身体だといわれているよ」と事も無げに笑っていました。その若さの秘密は何と「mamsh」だという

のです。マムシとの付き合いは 25 年にもなるというのです。桜井さんは毎月 2 回はマムシ料理を食べ、普段はマムシの粉末を常用しているとのことでした。25 年という根気のよいマムシとの付き合いがあつた若さと元気をもたらしていたわけですね。

マムシ料理に興味を持った私は、桜井さんに紹介されて、早速東京は根岸にある「マムレストラン・亜奈」へ行きました。場所は JR 鶯谷駅北口から歩いて 3 分位のところでした。すぐ近くには有名な老舗居酒屋「鍵屋」があります。

店に入ってまず目を引いたのはあの昭和の大ヒーロー「力道山」の大きな写真です。あの力道山はマムシの熱烈なファンだったようです。試合の前はマムシの生き血を欠かさなかったそうです。

さて、私がいささか緊張気味にいただいたマムシ料理はというと次の通りです。

- 1、 マム ファイト ワイン(マムシの生き血と肝に赤ワインを加えたもので思ったよりも生臭さはなく飲みやすかった。)
- 2、 マム ハンバーグ (一匹のマムシを骨ごと粉砕してハンバーグにしたもので、トマトソースのような味付けがなされてなかなかうまい。)
- 3、 マム スープ (マムシのガラでとったスープに牛乳とバター・コーン・ハトムギを加えたもので飲みやすい。)

その他に、マム フライ、マムから揚げ、マム山菜飯、マム姿焼きなどがありました。姿焼きはちょっと手が出ませんでしたがあとはゲテモノ料理という感じは全然なくて普通に食べられました。店名のマム レストランのごとく洋風アレンジで全く抵抗はありません。飲み物にはビール・陶陶酒オールドをとり料金は一通りで一人 1 万円ぐらいでした。食べた後で、血行がよくなったのか身体中が熱くなりました。全身に力がみなぎり、さすが滋養強壮ナンバー1 といわれるだけの確かな効き目がありました。その後、疲労困憊の時など数回はこの店に足を運びましたが、残念ながら 2004 年(平成 16 年)に店は閉店となりました。

さて一体マムシのどんな成分がどのような効果を発揮するのでしょうか。

それはマムシには滋養強壮に有効なアミノ酸を豊富に含んでいるからです。またマムシから抽出されるエキスにはホルモンの分泌を活性化させる働きがあります。アミノ酸が有効に働くことによって疲労回復や動脈硬化予防などの効果が期待でき、血行を促進する効果も高いといわれています。この血行の促進こそが男性の力を高めるので精力剤としての効果を発揮するようです。さらにマムシの肝臓には、タウリンが多く含まれており、肝機能の改善効果があり疲労やストレスを緩和し身体の機能が大幅に



マムシの姿焼き

皮をツルリとむいて串に刺して炭火焼きに

向上されるようです。その効果はウナギやスッポンをはるかに超えるといわれています。

1950~60 年頃には蛇料理ブームがあり、私が学生のころには東京のいたる所に蛇を食べさせる店がありましたが、今は東京でも上野や両国などに数件あるのみとなりました。

印西市には川辺や谷津田の茂みにマムシが多く生息していたと言います。マムシ沢などという地名が残っています。近所の古老の話によると昔は、マムシを捕まえて生きたまま焼酎漬けにしてマムシ酒を作っていた話も聞きました。そのマムシ酒も随分と効き目はあったようです。

人は老いさらばえるものです。老化現象から免れようと願っても所詮それは無理なことでしょうが老化を少しでも遅らすことは、マムシの力を借りることによって可能かも知れません。儚い抵抗とお笑いでしょうが一度試してみる価値はありますぞ！

