



TOKYO
ROPPONGI
ROTARY CLUB



Weekly Report

Enjoy 例会 ! Enjoy 奉仕 ! Enjoy Rotary !

東京六本木ロータリークラブ会長

平成29年9月11日発行 第534号

2017・2018年度 No.9

本日のプログラム

平成29年9月11日

卓話『カザフスタンについての紹介』

在日カザフスタン共和国大使館 特命全権大使

イェルラン・バウダルベック・コジャタエフ大使閣下

場所 グランドハイアット東京

プロフィール

在日カザフスタン共和国大使館 特命全権大使

【経歴】

1992-1996年 カザフスタン共和国外務省アジア・アフリカ課で様々な役職

1997-2003年 在日カザフスタン大使館二等書記官、一等書記官、参事官

2004-2008年 カザフスタン共和国外務省アジア・アフリカ局長

2008-2016年 駐シンガポールカザフスタン共和国特命全権大使、オーストラリア、ニュージーランド兼轄

2016年5月 現在、駐日カザフスタン共和国特命全権大使

クラブからのお知らせ

平成29年9月4日

渡辺会長挨拶

先週の夜間例会では、多くの会員にご参加いただきありがとうございました。片岡委員長はじめとする親睦委員会の皆様、ありがとうございました。今週の週報の例会報告は皆様のドレスも美しく大変に華やかです。ウクレレの調べに乗せてフラのレッスン、カトーエミさんの歌声にうっとり致しました。ありがとうございました。

ニコニココメントのHPへの記載につきまして、ニコニコBOX委員会の末松委員長よりご報告がございましたが、本日より実行させて頂いております。さて今日は、ニコニコBOXについて、少し調べて参りましたのでお話をさせて頂きたいと思います。ニコニコBOXの慣例ができましたのは、昭和10年のことであるようです。関東大震災の孤児を、東京ロータリーホームという孤児院が世話をしておりましたが、この孤児たちを、遊園地に連れて行こうということになりまし

た。しかし、クラブには、そのお金がなく、そこで、クラブの会員の一人が、ありあわせの段ボールを持って、「あなたの誕生日ですよ」とか「お嬢さんが結婚されたでしょう」など、いろいろなことを軽妙に話しながら例会場をまわり、会員たちは、笑いながら財布のひもを緩めたというのが、始まりのようです。当時、大学の初任給が60円のところで、600円のお金が集ったようでございます。

当クラブでも、毎回、ニコニコBOX委員の方が、早くから毎回、準備して頂いております。どうぞ、皆様のおめでたいこと、うれしいお知らせ、身の回りの出来事や、近況披露など・・・ニコニコBOXの名の通り、会員もニコニコしながら拠出頂ければと思います。金額はいくらでも構いません、多くの会員から、いろいろな理由で、何回も行っていただくのが、宜しいのだと思います。本年度は、更にニコニコしやすいように、時々BOXそのものをおいて、気軽に拠金できる工夫も、ニコニコBOX委員長にご提案頂きましたので、実行してみたいと思っております、どうぞ宜しくお願い致します。

もう一つ、報告事項ですが、私たちのクラブでスポンサーをしております、奨学生の中谷菜美さんですが、グローバル補助金申請が、ロータリー財団及び公益財団法人・ロータリー日本財団より承認されました。菜美さんは既に英国で生活をスタートされ、Edgware & Stanmore RCがホストクラブとして受け入れて下っております。既に現地でのロータリー活動にいろいろと参加されているとメールがございました。改めまして菜美さんより活動の報告があるようですので、楽しみにしたいと思っております。

本日のプログラムは、今年度初めての「会員卓話の日」となっております。女性の活躍、そして、仕事柄「食」につきましても今年の卓話のテーマの一つとしております、今日は、その両方に叶う会員のお話を伺いたいと思います。スパイスやハーブなど香辛料においては、日本で最も歴史ある、今年で創業70年を迎えるヤスマ株式会社の安間百合子さんをお願いを致しました後ほどの卓話楽しみにしております、どうぞ宜しくお願い申し上げます。

(記:渡辺会長)

幹事報告

1. 次回9月11日例会後、「森美術館アート鑑賞会」がございます。ふるってご参加ください。ASEAN設立50周年記念の「サンシャワー展」です。
2. ワシントンDCロータリークラブから Steven Adkinsさんがメイクアップで参加されバナー交換が行われました。



以上

(記:安部幹事)

各委員会報告

ロータリー情報委員会報告

今年からロータリーの友の表紙の絵がかわくなりました。

その裏には昔ながらのドキュメンタリー風写真が健在です。

今月号の「世界各国の 雑誌の表紙」という特集はお奨めです。

(記:ロータリー情報委員委員長 秋津)

上高地一泊旅行再募集について

六本木ロータリークラブの今年度の活動の一環として上高地一泊旅行を募集していますが、まだ十分空室があるので、再募集を致します。秋の上高地のすがすがしい環境と素晴らしい歴史的ホテルの中で、クラブメイト同士の交歓を大いに楽しみましょう。ゲストも大歓迎です。

日時	到着	10月27日(金曜日)	上高地帝国ホテル一泊
	出発	10月28日(土曜日)	

中央線松本駅で集合、大型タクシーでホテルに向かう予定です。

個人的アレンジも可。

詳細は事務局にお問い合わせください。

(記: 苅田会員)

IM実行副委員長 堀江 浩様

11月28日11時よりウェスティンホテルに於きまして、山の手東グループのインターシティミーティングを開催いたします。国際ロータリー2750地区の地区目標として、東京オリンピックを応援して行こうという目標があり、大槻パストガバナーはオリンピックを応援することは人道的支援であると仰っていました。猿渡ガバナーは応援するにあたり2750地区はマイナー競技を応援しよう仰っております。それを踏まえ、協議しました結果、フェンシング競技を応援することになりました。



北京オリンピック個人銀メダリスト、ロンドンオリンピック日本団体銀メダリストの太田雄貴さんの特別講演をしていただくことになりました。皆さんにフェンシングというものがあるのか知っていただきながら、2020年のオリンピックに向けて皆さんと共に応援出来る体制を整えていきたいというのが今回のインターシティミーティングになるかと思います。

フェンシングの競技人口は現在日本全国で6000人です。それに対して、卓球や柔道は30万人とされています。50分の1なのですね。大学や高校ではフェンシング部があり、小学生のフェンシングの団体もありますが、日本フェンシング協会に登録されている団体は68クラブしかありません。2020年東京オリンピックのフェンシング競技は幕張で行われます。幕張の6000人入る会場を9日間5万4千人埋めないといけないのです。

太田さんは「東京オリンピック6000人の幕張の会場をいっぱいにしなければならないのです。それが、僕に課せられた至上命令なのです。」ということを仰いました。

インターシティミーティングで太田さんに講演をしていただくことになっておりますが、2020年に向けて山の手東グループ、またロータリー2750地区が取り組むことはオリンピックを応援することですので、皆さんにご参加いただきたい。

太田さんは個人的にいろんなところでフェンシングを広める普及活動をしております。今回太田さんの講演をお願いしたときに、一つお願い事をされました。「11月11、12日に駒沢体育館で高円宮杯の大会がございます。駒沢体育館3600人の会場をなんとか埋めたいのです。ロータリーの力でなんとか応援していただけないか」ということで山の手東グループ11クラブで1クラブ50枚、計550枚を購入することが決まりました。11月12日団体戦の決勝が17時ごろ行われます。そこに向けて動員をしていただきたい。私たちロータリアンが出来ることは、動員ではないでしょうか。山の手東グループではチケットの購入も行い、動員もということで皆さんをお願いをしたい。ロータリーの名前をパンフレットに入れてもらうことが約束されています。国際ロータリー2750地区山の手東グループはフェンシング界を応援しているということを日本フェンシング協会と共に協力をしながら進めていくことも出来るようになりました。

インターシティミーティングがゴールではないのです。インターシティミーティングがある意味出発点、キックオフミーティングですので皆さんと共に2020年フェンシング界を応援出来るような体制を整えながら、人道的支援、オリンピックに向けた動員を皆さんと一緒に出来たらと思いますし、そのお願いに本日は参っております。

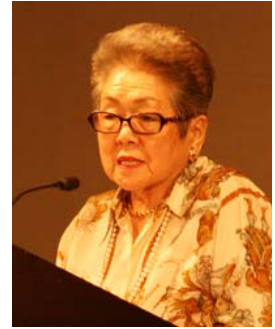
太田さんの講演題名が決まりました。「継続は力なり」です。まさに私どもも継続は力なり、2020年3年後に向けて皆さんと共になんとかこの競技人口6000人しかない競技の競技会場をいっぱいにしたい。猿渡ガバナーは「ロータリアンのロータリアンらしいおもてなしを東京オリンピックで」と仰っていました。なんとか皆さんのご協力で応援出来る体制を整えていただければと思います。そのきっかけが11月28日の山の手東グループインターシティミーティングになりますので、どうか皆さん沢山の方をお誘いあわせのうえ、是非とも3年後のオリンピックに向けた応援が出来るように、皆さんのお力添えいただきたいと思います。皆様よろしくお願いします。ありがとうございました。

ありがとうございました。

安間 百合子会員

【暮らしの中の生薬「カレー」】

カレーに使われている香辛料（スパイス）は、古来より生薬として用いられており、カレーパウダーは生薬を混合した漢方薬のようなものと言えるでしょう。カレーパウダーは治療の目的で配合されておりませんが、個々のスパイスの効果を知って用いれば、消化を助け、体を温め、血流を改善し、免疫力を高め、毒素の排出を促す、など健康で美味しいカレーを作ることが出来ます。



【日本のカレーの歴史について】

カレーは明治の初め文明開化と共にイギリス経由で日本に伝わり、洋食屋のメニューに登場し、明治、大正と洋食屋で大人の食べ物として広まり、昭和になって家庭でも作れるようにカレーパウダー、カレールウが食品メーカーから販売されるようになりました。

第二次世界大戦後、肉と野菜がおいしく食べられる栄養食として、家族で食卓を囲んで皆が美味しいと好んで食べられるように進化してきました。また、ルウを使えば誰もが簡単に作れるので親子でクッキング、アウトドア、キャンプ、合宿等でも作られるメニューとして好まれています。

カレーはスパイスを通して世界の歴史・文化・食生活・調理方法等、いろいろな要素を含んだ情報がたくさん詰まった料理です。

【スパイス・ハーブの効能】

多くのスパイス、ハーブを使ったカレーは、まさに医食同源という言葉が当てはまります。特に高齢化が進む日本では、生活習慣病の予防や健康年齢の維持にカレーは非常に魅力的な食品です。暮らしの中にカレーを積極的に取り入れていただき、健康増進や老化防止に役立てられてはと思います。

カレーの効能としては、消化促進、健胃、減塩、バランスの取れた栄養摂取、嚥下機能促進、滋養強壮、血行促進、食欲増進等。

【カレーパウダーに使われるスパイスの4つの役割について】

カレーパウダーは、香り、辛さ、色、味の4拍子を揃えるために、沢山の種類のスパイスを混合したものです。

スパイスの種類で言うとな少ないものでは5～6種類、多いものは30種類以上が混合されている場合もあります。一般的には20種類前後です。

- ①全体のベース(ボディ)となるスパイス：クミン、コリアンダー、フェネグリーク、フェンネル等
- ②美味しそうな黄色に染め上げるターメリック
- ③香味の方向性(キャラクター)を決める カルダモン、クローブ、シナモン
- ④辛さを決める唐辛子、胡椒

上記の4つの特徴をバランスよく組み合わせれば、風味のよいカレーパウダーが出来上がります。

以上、カレーパウダーに使われるスパイス4つの役割を説明させていただきました。

【カレーを効果的に食べる方法】

私たちは健康な生活をするには適度な運動、快活な精神状態と体の状態に合った食事をする事です。残暑が続き、朝晩が冷えてくるこの時期に、夏の食生活を続けると胃腸を冷やし消化機能が衰えます。体の内部を温めるスパイスを少し振りかけていただくのも良い方法です。例えば、食後に梨、もも、ぶどうを食べるときにジンジャーパウダーを一振りすると果物による冷えを相殺してくれます。

サラダのトッピングにも乾煎りしてクリスピーになったフェンネル、クミン、黒胡椒などをトッピングするのも胃腸の調子を整えます。

また、一緒に食べるご飯もターメリックやサフランを加えて黄色く染めるとおもてなしにも最適です。さらに、クミン、コリアンダー、唐辛子、胡椒、カルダモンなどのスパイスを加えても良いです。どうぞお試しください。

以上、カレーの効能についてお話させていただきました。ありがとうございました。

【最後に】

スパイスを生業としてお蔭様で今年創業70周年を迎えました。30年前、「安心・安全・美味しく簡単に調理できること」をコンセプトにカレーペースト「印度の味」を開発いたしました。インドスタイルのカレーは30年前には日本の志向に受け入れられませんでした。お蔭様で10年程前からご理解いただき、今は我が社のロングセラー商品となり、多くの皆様にご好評をいただいております。

「印度の味」はスパイス15種、玉ねぎ・トマトペースト、大豆油・菜種油の植物油を使用し、動物由来の成分を排除した商品です。

～「印度の味」の作り方～

鍋に「印度の味」1瓶と、瓶2杯分の水(約300ml)を入れ、お好みの具を加えて具に火が通るまで15分ほど煮込むだけで、本格的なカレーが出来上がります。是非、お試しください。

【参考】

インド人は、カレーなど多くのスパイス料理を常食している故、認知証になる高齢者が少なく、アメリカの4分の1だそうです。

以上

ニコニコBOX情報	
今村さん	
涼しくなりましたね。安間さんのスパイスのお話、楽しみにしています。	
荻田さん	
安間さんの卓話を楽しみにしています。	
柏原さん	
安間様、本日の卓話楽しみにしております。どうぞ宜しくお願い申し上げます。	
森さん	
安間さん、今日のお話楽しみにしております。今月は誕生月です。	
中川さん	
安間さん期待してます。	
芹澤さん	
本日はあこがれの安間さまの卓話、大変楽しみにしております！	
篠塚さん	
本社を移転致しました。今後共よろしく願いいたします。安間さんのお話楽しみにしております。	
末松さん	
安間さん、本日の卓話をとても楽しみにしております。	

杉本さん

安間さん、卓話、楽しみにしています。

渡辺さん

安間さん、本日の卓話楽しみにしております。宜しくお願い致します。

安井さん

安間さんのお話を楽しみにしております。

安間さん

本日、卓話で暮らしの中の生薬、かれーについてお話させていただきます。

鈴木さん

カトーさん先日は素敵なショーをありがとうございました。安間さん本日のカレーのお話とても楽しみです。宜しくお願い致します。

山口さん

眞子様おめでとうございます。安間さんよろしくお願い致します。

カトーさん

ハワイアンナイトで買って頂いたレイと髪飾りのお代を全額寄附させていただきます。どうもありがとうございました。

9月4日 合計 69,000円 累計 398,000円

9月4日のお食事



9月4日の例会出席率(暫定)

- 会員の例会出席数(出席率) 28名(62%)
- ゲスト・ビジターの参加者数 4名

※メーキャップを含めていない暫定の人数です。

次回のプログラム

平成29年9月25日

ガバナー公式訪問

卓話『ロータリー：変化をもたらす』

RI第2750地区 ガバナー 猿渡 昌盛様

場所 グランドハイアット東京