



# 飯能ロータリークラブ会報

桜の中央公園と天覧山

© photo by Hiroyuki Maejima

## “人類に奉仕するロータリー”

RI会長 ジョン・ジャーム

2570地区ガバナー 前嶋修身

第3グループ  
ガバナー補佐 野本俊光

### 「知恵と元気を」

第2747例会 2017. 4. 12

—— 雑誌 月 間 ——

天候 晴 (NO. 53-41)

会長 小川晃男 幹事 矢島高明

例会日 水曜日(12:30~13:30) 当番 田中君、町田君

例会場: ホテル・ヘリテイジ飯能sta.

☎(042)975-1313 〒357-0038 飯能市仲町11-21

事務局: 飯能商工会議所内 〒357-0032 飯能市本町1-7

☎(042)974-3111(代) FAX (042)973-1662

http://www.hanno-rc.org/

E-mail: hannorc@hanno.jp

- ・点鐘 小川会長
- ・ソング 我等の生業
- ・ビジター(入間南) 大河内隆徹様
- ・卓話 梁秀鏞様

#### 【会長報告】

1949(S24)年、日本は第60地区としてRIに復帰(戦前は第70地区)。毛沢東が中華人民共和国の設立を宣言した年でもあり、上海RCは閉鎖。2年後に中国のRCは正式にRIを脱退します。同51(S26)年、埼玉県初の川越RCが設立。スポンサークラブは全国同一第60地区の東京RC。その後、地区は2つ、3つと分かれ現在34地区3ゾーン。飯能は64(S39)年の設立。スポンサーは入間。入間のスポンサーは大宮。当時、埼玉県は周辺県も含め1地区だった。第2570地区の県西部に限って言うと川越の次が熊谷。その後、入間、深谷、本庄、所沢、東松山…飯能は9番目。89(H元)年に2570と2770に分割。そういう歴史の中で我々は動いているんだという事を頭にに入れてやっていきたいと思っております。

◎細則改正案について 土屋(良)次年度幹事 推奨細則を現実の実態に合わせました。「会場監督」→「SAA」、理事会構成要員に「副会長」「SAA」「会長の指名する複数名の委員会委員長」を追加、入会金は「会費等」に含まれ、「入会承認前まで」→「入会式が開催される日まで」に変更。会費納入についての表現も改正。第8条1節のコメントを削除。以上です。

◎小川会長: 賛成の方の挙手総員という事で細則は一部変更させていただきます(拍手)。

#### 【幹事報告】

5/27(土)新狭山RC創立30周年記念式典

(新狭山ホテル)に会長と2名で参加します。

◎例会変更のお知らせ

◇人間RC

・5/4(木) 休会(定款6-1-C)

・5/18(木) 移動例会 音楽鑑賞会 文化創造アトリエアミーゴ

・6/29(木) 最終例会 夜間例会 フォレストイン昭和館

◇所沢東RC

・5/4(木) 休会

・6/29(木) 最終例会 夜間例会

◎国際ロータリー第2570地区 青少年奉仕部門 青少年交換委員会 2016-2017年度委員 大河内隆徹様

飯能クラブ様には交換留学生受入れの受諾をして頂き誠に有難うございます。日本からの派遣は川越女子高校1年の生徒で、改めてご挨拶にお伺いさせていただきます。交換で来る学生はイタリアの方です。来年7月までお世話になると思っております。よろしくお願い致します。

#### 【委員会報告】

◎次年度幹事 土屋(良)君

5/23 地区研修協議会の受付・駐車場担当者 に資料を配付。制服着用でお願いします。

◎米山記念奨学委員会 安藤君

杉田一昭 会員より特別寄付を頂戴(拍手)。

【出席報告】無届欠席0 中山出席向上委員長

会員数		当日		前々回修正 出席率
全数	対象	出席数	出席率	
58名	6名	54名	93.10%	87.93%

#### 【M U】

4/7(地区) 木川君

4/8(第3G) 奥富君、田中君

4/11(地区) 伊澤君

#### 【結婚・誕生日祝】

大野(泰)親睦活動委員

- ◇喜寿おめでとう 沢辺静吉君
- ◇入会記念日おめでとう  
安藤君、島田君、土屋(良)君、高橋君  
坂本君、大野(泰)君
- ◇結婚記念日おめでとう  
石井君、増島君、矢島(巖)君、小川君  
吉田(武)君、前島君
- ◇会員誕生日おめでとう  
1 本橋君、17 伊澤君、18 大附君  
21 大野(泰)君、23 沢辺君
- ◇夫人誕生日おめでとう  
6 柏木夫人、坂本夫人

## 【SAA報告】

### ◎ニコニコBOX

- ・おじゃま致します。よろしくお願ひ致します。  
大河内隆敏様
- ・本日の卓話の講師は私の薬局の薬剤師です。ご清聴の程よろしくお願ひ致します。  
福島君
- ・ヤンさん、卓話よろしく。  
神田(康)君
- ・入会記念有難うございます。  
安藤君  
土屋(良)君、島田君、高橋君、沢辺君
- ・結婚記念日お祝ひ有難うございます。  
石井君、小川君、前島君
- ・誕生日のお祝ひ有難うございます。  
大附君、伊澤君
- ・喜寿のお祝ひ有難うございました。沢辺君
- ・妻の誕生日お祝ひ有難うございます。坂本君
- ・早退  
吉田(武)君

本日計 50,000 円、累計額 948,003 円。

◎ 19 日例会当番は中里(光)、安藤会員です。

## 【卓話】

講師紹介 福島雑誌委員長  
東京浅草生まれ。実家は薬局。兄弟親族に医療従事者が多い環境で育つ。父親は日本でも有名な漢方家で、私の師匠です。ご本人は日本大学薬学部を卒業し薬剤師になった後、ソウルの延世大学韓国語学堂にて1年半韓国語を学ぶ。08年、葛飾の(株)水戸薬局に入社、薬剤師としての研鑽を積み柴又の小児科内科クリニック門前の店舗で薬局長として勤務。15年、(有)アオキドラック入社、新松戸の耳鼻科クリニック門前の店舗勤務。16年1月より博濟で独立開業を目指し修業中。ここで話させて頂く事も将来必ず役に立つと思っております。

## 漢方にみる年齢と身体の変化

薬剤師 ヤン ス ヨ ン  
漢方専門薬局 博濟 梁 秀 鏞 様

〔映像併用〕浅草六区、ホッピー通りで生まれ育ちました。奥さんも「よくこなうるさい所で勉強出来たな」と言っております。家の前の通りを毎年、三社祭の神輿が通り、店(薬屋)のガラスが割れたり、母が大怪我をしたりもしました。

綾小路きみまろのネタのように「ダーリン」から「だらりん」にならないよう参考にして頂ければと思います。

漢方は西洋医学と違って「天神合一」。「自然界と人体」が「大宇宙と小宇宙」として、連動して動いているという考え方を基本にしています。人の体の中で「風が吹く(風気)」と、ものが揺れて「めまい」や筋肉の「痙攣」となり、「寒気」によって気や血液が停滞すると不調をきたす。「湿気」で湿度が体に溜まると重だるくなったり「皮膚炎」になったりしま



す。また、西洋医学でも同じですが、それぞれの部位・器官全てが連絡し合っている一つの有機体「人」を作っているという考え方があります。

「五行学説」は中国の哲学の一つで、自然界と人体は「木・火・土・金・水」の5要素に分類出来るという考え方です。それぞれが協力、牽制、抑制し合いながらバランスをとっています。「木」が燃えて「火」になり炭・灰は「土」の栄養となる。土から「金」属が生まれ、表面には「水」分が付着し、水は「木」を育てる。

「五行色体表」は左が自然界、右が人体を表します。「木」の属では「春」に全身に栄養分を行き渡らせ、「肝」に同じ働きがあります。ストレスによって機能が落ちると連動して他に影響が出ます。「怒」「涙」「爪」を噛む、「筋」が震える、等。

今日お話しする「腎」は「水」の属で、水を代謝しておしっことして外に出す以外に成長発育や老化に大きく関わってくる臓腑です。年齢によって腎機能が衰えると「膀胱」「耳」「骨」「髪」等に連動して影響が出ます。

「五行色体表」から「青春」(「青」「春」)は「木」に、「北原白秋」の「白」「秋」は「金」に属している事が分かります。

2千年前の書物『黄帝内経』に男性は8の倍数、女性は7の倍数で体に変化すると書かれています。トリプルスリーの山田哲人選手は24歳。心身共に最盛期の32歳は巨人の長野、楽天の嶋、西武の牧田、えなりかずき、速水もこみち、松山ケンイチ。40歳で腎気が衰え始め、脱毛、歯肉痩せが始まる。48歳で顔がやつれ白髪が増える。56歳、ゴルフ疲れで翌日仕事を休む。64歳で腎気は尽き、歯や髪も抜け落ち五臓六腑も衰え、子どもをつくれなくなる。草刈正雄、なぎら健壱、井筒監督、吉幾三、浜田省吾、デューク更家と、元気な方々なので、2千年前と比べればまだ先があると考えて頂きたい。そのためには努力もしなければいけないと思います。

日常で感じる腎の衰え「腎虚」:階段がツライ・おしっこのキレが悪い・新聞を読むのがツライ・テレビの音がうるさいと言われる・忘れる・ED等…いつまでも元気ではいるには腎が大事。まずは「六味丸」「瓊玉膏」。手足の冷えが気になる方は「八味丸」。おしっこ、むくみが気になる方は「牛車腎気丸」。目には「杞菊地黄丸」「滋腎明目湯」。「牛黄清心丸」はニトロ的な丸薬で、かじると心臓への負担が軽減されると思います。「疲れずに18ホール回れる」と言っている方も居ます。

薬を飲む前に、日常生活の改善が不可欠です。腎を補う食品として「黒ごま・黒豆・栗・くるみ・えごまの葉・八つ頭・ヤマイモ・赤身の肉・うなぎ・すっぽん・どじょう・うに・えび・ブルーベリー」等。「精をつける」の「精」とは腎にあるエネルギーの事です。

結論として「おかしいな 気づいた時にはすぐ補腎」早目の対応で健やかに長く生きられます。「運動会 孫の手を引き 走ってる」「あわよくば 2度目の還暦 目指したい」120歳。目指す事は自由ですので、暴飲暴食を避けて腎を補ってください。