

KADOMA ROTARY

Club Weekly Bulletin



門真ロータリークラブ

事務所 〒570-0038 守口市河原町 10-5 ホテル・アゴーラ大阪守口 5F

TEL 06-6993-0107 FAX 06-6993-0108 E-mail office-kadoma@silk.plala.or.jp

例会 毎週木曜日 12時30分 於 ホテル・アゴーラ大阪守口

会長 大倉 基文 幹事 下田 一彦 会報広報委員長 滝井 稔元 創立 1969年4月17日



2024-25年度 RI テーマ

「ロータリーのマジック」

RI 会長 ステファニー A.アーチック



門真ロータリークラブ

28 NOVEMBER 2024 No. 2534

2024年11月14日 例会報告
第2533回 例会

次回例会 12月5日 (木)

年次総会

卓話「お茶、点てましょう！」 辻岡会員

例会後：理事会 開催

□ ビジター

寺井 正昭 会員(守口ロータリークラブ)

松本 誠也 会員(")

□ 出席報告

会 員 数 (出席免除会員1名含) 21名

名 誉 会 員 4名

本 日 の 出 席 (出席免除会員含まず) 15名

欠 席 6名

出 席 率 75.00%

10月10日の出席 (出席免除会員含まず) 14名

メーキャップ後結果 18名

出 席 率 90.00%

□ ニコニコ箱

中塚 泰彦 会員 卓話の喜びに

宇治 亨 会員 守口ロータリークラブ 寺井様、松本様にお越し頂いた喜びに

□ 会長挨拶

今年も残すところ11月半分と後12月ということで、本当に一年経つのは早いと思います。ロータリーとしては7月が始まりですので今年度としてはまだ半分過ぎてないところです。この日にちが経つ感覚ですが、楽しみというのはなかなか来なくて、嫌だなど思っていることはあっという間に来てしまいます。

大倉 会長



そしてこの度、ゴルフコンペを企画を頂いております。守口 RCさんと守口イブニング RCさん、そして門真 RCの3クラブ合同のコンペをするということで、本日は寺井様と松本様にご出席いただいております。ありがとうございます。

私、実は昨日ゴルフに行っていました。それが淡路島で、なんと高低差約100m! 96~97mと書いてありました。1つのホールの高差が約100mなのです。見下ろすような所を回りましたが、まあ難しいです。このように経験してないことというのは本当に難しく感じました。ここ最近ちょっとゴルフの調子が良く、スコアを聞かれたらニコツとしてスコアを言うことがありましたが、さすがに昨日は言えないようなスコアになりました。慣れる慣れないを含め、自分の得不得手も感じるコースがありました。実際に上手い人は、そんなコースでも80前半で回られていました。ちなみに私は115を叩いたんですけど、一応ベストスコア86なんです。久しぶりに110を超えて叩いてしまい、まだまだ修行が足りないということと、ゴルフの根本がまだ分かっていないと両方感じました。

次の3クラブ合同コンペのコースは交野カントリーです。実は交野カントリーは回ったことがないので楽しみにしております。淡路ほどの高低差はないと思いますので、何とか皆さんと楽しく回れたらと思っています。何よりスコアよりも親睦が目的ですので、それをしっかり達成させていただいて、これを機会にいろんな意見交換をしながら、ロータリーとしてロータリアンとして自分たちがどうしていくか、また私たちのクラブはどうしていくかということ等も和気

あいあいと話しながら感じれたらと思っています。どうぞよろしくお願ひします。

□ 幹事報告 下田 幹事

1. 11 月度理事会 報告 (会報第 2533 号 3p 参照)

2. 「地区大会」の名札について

今年度 RI2660 地区の地区大会が、11/29(金)28(土)の 2 日間開催されます。出席される方は本日配付の名札を必ずご持参下さいませ願ひ致します。なお全員登録のため、出席申込をされていない方にも名札が発行されていますので、皆さんにお配りしています。もし出席できるようになりましたら当日この名札を持参してください。

※地区大会出席はメーキャップの対象になります。

4. 今後の予定

11/21 休会

11/28 通常例会：クラブフォーラム
〔担当〕財団米山部門 橋本委員長
例会後 情報集会 開催

12/5 年次総会/通常例会：卓話 辻岡会員
例会後 12 月度理事会 開催

□ 委員会報告

国際奉仕委員会

西川委員長

大阪地区ナイトご案内

地区の国際社会奉仕委員会から、来年の国際大会(カルガリー/カナダ)での大阪ナイトの正式の案内が 11 月 11 日付で送付されました。締め切りは 4 月 15 日までですのでゆっくり考えていただく時間があるかなと思います。国際大会は 6 月 21 日から開催され、その 21 日夜にカルガリー・マリオット・ダウンタウンホテルで大阪ナイトがありますので申し込まれる方はぜひお願ひしたい思います。

ちなみに 9 月の地区国際奉仕・社会奉仕合同委員会の参加報告時にもお伝えしたが、来年はカルガリーで、再来年は台湾と決まっておりますので、それもまたを楽しみにしていただきたいと思ひます。

《大阪地区ナイト》

◇2025 年カルガリー国際大会

6 月 21 日 (土) 午後 6 時～ マリオットダウンタウンホテル

◇2026 年台湾国際大会

6 月 14 日 (土) 午後 6 時～ 圓山大飯店

親睦委員会

宇治委員長

クリスマス家族親睦会ご案内

今年は 12 月 19 日木曜日 6 時半から開会、受付は 6 時からになっております。場所はリーガロイヤルホテルのダイヤモンドルームで、参加費が昨年と少し変更がございましたのでご確認お願ひいたします。今回もビンゴゲームや、濱中副会長の娘様のミュージックショーを予定しております。ぜひたくさんのご参加よろしくお願ひします。

《クリスマス家族親睦会》

2024 年 12 月 19 日 (木) 午後 6 時 30 分～

リーガロイヤルホテル大阪 ダイヤモンドルーム

会員 13,000 円 / ご家族 10,000 円

ご家族以外 13,000 円 / 子供 5,000 円

※お申込は 12 月 5 日までにお願ひいたします

□ 卓話「辛味(香辛料)の話」 中塚 泰彦 会員

辛味と言えば、まずトウガラシと思いますが、他にワサビ・コショウ・サンショウ・ショウガなどあります。同じ辛味でも大量のワサビやショウガの料理はなく、激辛料理はほぼトウガラシ料理だと思います。なぜトウガラシだけが中毒性と思えるほど好まれるのか？



その前に味覚についてですが、私たちが感じる事ができる味は塩味、甘味、苦味、酸味、旨味の 5 つのみです。味を感じる味蕾は口のなかの至る所にあり、それぞれの味蕾が五味すべての味を感じるのに、舌の特定の部分で限定して味を感じることはありません。また、「熱さ・冷たさでどんな風に味わいが変わってくるか？」についてですが、甘味は体温と同じくらいの温度帯が一番よく感じ、逆に冷たすぎると感じにくいのです。アイスクリームは口に入れた瞬間ではなくて溶けていくときに一番甘く感じます。冷たい状態で飲むことが想定されている炭酸飲料などを、ぬるい状態で飲んだときに甘ったるく感じるのはそのためです。塩味と苦味は冷えた方が感じやすく、酸味は温度による感じ方の変化はあまりなく、うま味についてはまだはっきり解明されていません。そして、これらの味覚の中に辛味はありません！なら、「辛味って何？」。香辛料に含まれている辛味成分が違うので辛味の感じ方も違ってきます。辛味はトウガラシなどのホット系と、ワサビなどのシャープ系におおまかに 2 種類に分けることができます。また、辛味をおさめるにはホット系は、ヨーグルトや牛乳など脂肪分を含む物はカプサイシンを溶かすので効果的です。シャープ系は揮発性のため、辛味感は続かず、水を飲むとおさまります。辛みは舌の奥深くにある知覚神経の三叉神経で感じます。ここに辛みセンサー TRPV1 があり、トウガラシが TRPV1 にくっつくと脳に情報が伝わり痛みとして認識される。つまり、辛みとは痛みです。また、TRPV1 は辛みに反応すると同時に 43 度以上の高温にも反応します。冷めたカレーより熱いカレーの方が辛く感じるのは、TRPV1 が辛さにも熱さにも反応するからです。では、そもそも辛みは痛みなのに、辛い料理を好んで食べる人が多いのはなぜでしょう？ TRPV1 を介して痛みを受け取った脳は体が負傷したと認識し、痛みの感覚を和らげようとして脳内麻薬とも呼ばれる β-エンドルフィンを分泌します。同じ経験を繰り返すと、β-エンドルフィン分泌の要因となった刺激は次第に好ましいものとして認識されるようになります。何度も食べるうちに慣れて、トウガラシを食べることが好きになる。しかし、ただ、それだけが理由ならトウガラシの好きな哺乳類が他にいてもおかしくないし、慣れ

るまで食べ続ける動機も分かりません。それは、脳内麻薬β-エンドルフィンには油脂や甘味を含むものを食べた際にも分泌され「おいしい」という快感を与えるからです。人間だけが料理をします。味付けされた肉や魚などと一緒に料理の要素の1つとしてトウガラシを食べることが多い。おいしさと痛みの情報が同時に脳へと伝わり、最終的にどちらもβ-エンドルフィンの分泌を引き起こす。これが、辛さの中毒性です。

トウガラシの豆知識

・トウガラシで体温は上がらない！

寒い地域では靴下にトウガラシを入れる習慣があります。これは確かに局所的に血流を増やし凍傷を防ぐ効果があります。よく「トウガラシや生姜は体温を上げる」と言われますがウソです。感覚神経を刺激するのでポカポカした感じにはなりますが、発汗によってむしろ深部体温は下がります。ミントを食べるとスースーと涼しいように感じるのと同じです。

・トウガラシを食べるとやせる？

カプサイシンには車で言うところのアクセルである交感神経を優位にする働きがあるので脂肪燃焼効果はあります。ただし胃の運動も亢進させるので食欲も増します。トウガラシでダイエットを狙うなら適切な食事制限をしながらトウガラシを取り入れなければいけません。

・温シップと冷シップの違い

温シップにはトウガラシ成分が入っているため暖かく感じるだけで鎮痛効果には関係ありません。

*** 例会スナップ ***



*** 3クラブ合同ゴルフコンペ報告 ***

11月26日(火)、交野カントリー倶楽部にて門真ロータリークラブ、守口ロータリークラブ、守口イブニングロータリークラブの3クラブ合同による「守口・門真・守口イブニングロータリークラブ合同ゴルフコンペ」が13名の参加により開催されました。門真ロータリークラブからは会員家族の方も含め6名が参加し、ゴルフを通じ各クラブと懇親を深めました。あいにく天候には恵まれず朝から強風が吹き荒れ、午後からは雨も降る厳しいコンディションとなりましたが、門真ロータリークラブは1位 宇治忠様、2位 大倉会長、3位 宇治会員と上位を独占し健闘しました。終始、和やかな雰囲気となり、新しい交流で楽しい一時を過ごすことができました。来年以降も継続開催していきたいと考えております。

参加者：大倉会長、富永会員、橋本会員、宇治会員
家族参加：橋本真理様、宇治忠様

