



三条北ロータリークラブ週報



例会日 2010. 8. 31 累計 No.1142 当年 No.8



秋の七草

例会日:火曜日 12:30 ~ 13:30

例会場:三条ロイヤルホテル TEL 34-8111 FAX 34-8114

事務局:三条市本町 3-5-25 三条ロイヤルホテル内

TEL 0256-35-7160 FAX 0256-35-7488

HP:<http://www.sanjo-nrc.org> AD:north@sanjo-nrc.org

発行:三条北ロータリークラブ 会報委員会

国際ロータリー会長:レイ・クレンジンスミス
地区ガバナー:東山昶也(上越RC)
三条北RC会長:小林繁男
三条北RC幹事:西村 護
三条北RCSAA:岡田大介

■出席状況

- ・本日の出席:70名中42名
- ・先々週の出席率:
70名中52名74. 29%
(前年同期73. 91%)

■本日の行事:卓話

「会社紹介・この秋口に食べて
いただきたい食材」

■先週のメイクアップ:(敬称略)

- 8月26日三条東RC5周年記念例会
阿部勝子、石川一昭、石黒隆夫
今井克義、岡田 健、岡田大介
落合益夫、金子太一郎、小林繁男
斎藤 正、笹原壯玄、佐藤弘志
佐藤義英、西村 護、早川瀧雄
馬場直次郎、坂内康男、湊岡 茂
星野義男、本間建雄美、丸山達夫
山中 正、山本 賢、米山忠俊
米山キクエ
(記帳)安田貞夫、高森武志
石川勝行、山上茂夫、青柳康博
28日会員維持増強セミナー
星野義男、小林繁男、石川一昭
29日地区R財団委員会
中條耕二

■本日のメニュー:945kcal

野菜のポタージュ	116
ツナとカニマヨのサラダ	188
鳥のデミトマトソース	375
ライス	168
ミニパンケーキと梨	98

■9月の誕生石

【サファイア】

徳望・誠実・貞操・後悔
(メッセージ)

浮気封じ・信仰・高潔

会長挨拶:小林繁男会長



私の年度に入って2ヶ月経過しましたが、色々な行事があります。8月24日の夜例会26日の三条東RC5周年記念例会と大勢の皆さんから出席していただきありがとうございました。8月28日は地区の会員維持増強セミナーに次年度会長幹事の星野さん、石川さんと柄沢増強委員長の代理として出席してきました。

東RCの5周年記念例会はアットホームな形で内々のお祝い会もいいものだと思います。

中條バスターガバナーが創立時ガバナーとして挨拶される予定でしたが、体調を崩されたため、当時の地区幹事の斎藤会員が代わって挨拶されました。中條さんの様子は例会後に幹事とお見舞いに行ってきますので後日、報告いたします。

会員維持増強セミナーでは東山ガバナーが「増強月間に寄せて」と挨拶されました。別紙月信より抜萃して配布しますのでご覧下さい。退会者が非常に多いということでクラブの魅力が無いのではと苦慮されていました。

原点に戻ってクラブの魅力作りを検討して貰いたいと言っておられました。私もその通りではないかと思えます。我がクラブは25年目ですがこの形でいいのか。会員数は適当なのかとの問いかけもありました。

全国で一番会員数の少ないRCは鹿児島で3名というRCがあるそうです。一番多いのは東京クラブです。

「魅力あるクラブ作り」を目指したいと思えます。ご協力お願いします。

幹事報告:西村 護幹事



- ・2560地区R財団補助金委員長より
第2回地区補助金申請受付の件
申請〆切り9月17日(金)必着
- ・三条ローターアクトクラブより

9月第一例会のご案内 日時 9月2日(木)19:30~
会場 燕三条リサーチコア 4階
テーマ 今後役に立つ金融知識

- ・三条東RCより 5周年記念例会出席の御礼
- ・東山ガバナーより 公式訪問の御礼
- ・骨髓バンク命のアサガオ新潟より 骨髓バンク推進全国大会のお知らせ
日時 2010年9月12日(日)13:00~
会場 新潟市民プラザ

BOX報告

■ロータリー財団BOX：31日現在累計 71,000円

■米山奨学BOX：31日現在累計 87,000円

■ニコニコBOX：31日現在累計183,000円

米山 忠俊君 先週木曜日、三条東RCの創立5周年例会に出席してきました。東RCは大変立派なクラブになり皆様と楽しく歓談して有意義な1日を過ごしました。

小林 繁男君 毎日熱いです。本田芳久さん卓話ご苦労様です。

西村 護君 //

星野 義男君 本田芳久さんの卓話に感謝して!!

落合 益夫君 BOXに協力 大橋 政雄君 BOXに協力

高橋 彰雄君 // 安田 貞夫君 //

今井 克義君 皆様のBOXへのご協力に感謝して

本日の行事：卓話「会社紹介・この秋口に食べていただきたい食材」

本田芳久会員



皆さん、こんにちは。日本料理 魚長、本田芳久です。
テーマは会社紹介とありますが今回、卓話を仰せつかり、何を話して良いものか悩んだのですがこの際、今まで漠然としか聞いてこなかった魚長の歴史を両親から聞いてみようと思い立ち、自分自信の整理も兼ねてまとめてみました。お付き合いの程、よろしく願いいたします。
当店は、創業200年余り、私で四代目であります。一代、一代がとても長かったようです。もともとは、初代が三条に移り住み、現在の場所で、魚屋から始まり、間もなく料理屋としての程をなし、今に至ります。当時では珍しい女性経営者です。なんと二代目も女性経営者であり、三代目が私の父でありました。我が家の女性上位の体制には歴史を伴った

バックボーンがあり、私の母、妻にも脈々と紡がれているのに納得させられました。
私の父の代は正に波乱万丈であり、料理屋を軸に「寿司屋・釜めし屋・天婦羅屋、炉端焼屋」も併設しなんでもチャレンジしたそうです。これは昔から、料理屋がニッパチと言って2月、8月が暇で、この時期の売上を上げる為に色々考えたものだったようです。
戦後のどさくさでは、お酒も統制下、商売もままならいなか、営業が行えないと、米軍による接收の憂き目に合うご時世だったそうで、なにかしなくてはという想いから、興業主と知り合い「松もと演芸場」として、落語の寄席興業も経験しました。

落語界でのビックネームの方々が多数、来られ大いに盛り上がったようです。
そんな経緯も知らなかった私ですが、新潟での修行時代、同門で今は亡くなられた「古今亭志んちょう」さんの息子と一緒に働いていましたし、今では「まち中落語会」として、同業、料理屋さんと年間数回、落語と料理と題してイベントを行っています。面白いもんです。

「志んちょう」さんはとても魅力のある方でした。特別仕様のホンダのNSXで関越をぶっ飛ばして息子さんの顔を見がてら、私達とも夜の新潟で一緒に飲んでくれました。
落語はもとより、色々なことに精通されていて又、日々勉強されていました。
飲みながら、いろんな話が聞けて楽しかったのを覚えています。なにかと「落語」には縁があるみたいです。

ちなみに11月にも落語会、当店でも開催しますので興味のある方はお声をかけてください。
生の落語は本当に面白い、日本人のDNAがあれば必ず楽しんでいただけるはずです。
若手実力派を招いているので必見です。 宣伝はこの位にしまして。
色々チャレンジした中でも当たったのは、三条初の屋外ビヤホールや料理屋での婚礼でした。
ビヤホールは、私の頭にも薄らと記憶にあります。現在の魚長の屋上を開放し、とても賑やかでした。スピーカーから流れるハワイヤンの下で生ビール片手に大人の人達が本当に楽しそうに語り合っている姿を見ているのが好きでした。あの頃の「まん中」にはガラガラした熱気みたいなものを子供ながらにも感じていました。余りにも当たって、お客さんを把握できず会計もままない当時は、魚長のビアホールでタダ酒を飲むのを競い合っていた人がいたそうです。
婚礼は、料理屋がすることではないとする風潮のなか、思い切って飛び込んでいったようです。

婚礼は自分の家で執り行うのが主流で、部屋の面積、財政面で式を挙げれない人達も多数いて、市役所サイドから料理屋で公営の結婚式場としての運営のアプローチがあったそうです。

当時のお金で一人頭、500円の公営結婚式場がスタートし、活況を呈しました。

一日、3回転もざらだったそうです。この安価な婚礼が当たり、全盛時には人手がたらず、新しく板前さんを入れても初日に、魚市場から届いた尋常でない魚箱の山を眼の前にして逃げかえった人も多数いました。

その一方、災害にもよく見舞われ、昭和38年の豪雪の時には雪でつぶれてしまいました。

以前の建物は、全面、黒塀で覆われて、大門があり、木造の三階建てで、それは雰囲気のある店構えだったようです。廊下は全面、竹を編みこんだ設えが施され、随時修復が必要な為、専属の指物師をお抱えしていました。

この頃は、冷暖房設備など無く、夏は座敷に氷柱を何本も立てて、あとは団扇で暑さをしのぎ、冬は、各お膳の間に「手あぶり火鉢」を置いて宴席中、おのおの手をかざしながら暖をとっていたそうです。女中さんは、料理を載せたお膳を何段にも重ねて持ち、三階建ての木の階段を何往復もするのが日課で、まさに映画で観るような光景だったようです。

あと、よく「芸者遊び」といいますが、ただ単に芸者を脇に一杯飲むとゆうようなものでなく、当時の旦那さん達のたしなみで、「小唄、どどいつ、さのさ、長唄、清元」などを習われていて、お師匠さんに褒めてもらいたい一心で芸者から手ほどきを受けていたのが実情だったようです。それで芸達者な芸子が人気があり、花代を稼ぐのも芸のレベルで決まっていたようです。

時代は流れて、マージャン・将棋などが「遊び」の主流になり、かなりのセットを用意して皆さん座敷で囲まれていたようです。その後はカラオケとくるのですが、その後が無い。

料理屋は「遊び」と融合した社交場として愛されてきたのであり、文化だったのでしょう。

ただ現在は「遊び」も多様化し、これといったものも無く、何か考え出していかなければならない点なのでしょう。

47年にはもらい火で家族ともども焼き出されました。深夜、寝ている時、父の往復ピンタで目を覚まし、眠気眼で見上げた障子越しの紅蓮の炎は今でも鮮明に記憶しています。

ご近所の方々、同商売の方々、父と私の修行先でもある新潟の「行形亭」の方々にも担ぎ出された記憶があります。火の手と消火の水のせいで、今残っていれば「なんでも鑑定団」に出してもいいものが殆どダメになったそうです。

火事といえば、先日、聞き覚えのない差出人の封筒が送られてきまして、文章に目を通すと魚長が火事の際、自分の親が火事場に駆けつけて色々と采配をふり、面倒を見たと、その親も今や病床に伏せ、介護の金も無い至急金を送ってくれという内容でした。

私はおかしな話だなと想いつつも、失礼があってはならないと両親に相談しましたが、どう思いついても心当たりがないとのこと、火事の際にお世話になった方は全員名簿を作成し事をすませたということでした。電話番号も振り込み先も記載がなく、怪しげな住所だけが書かれていたので新手の振り込め詐欺だなという結論になりました。いやはや、すごい時代になりました。

火事の後には水害です。最近のものではありませんが、地下から浸水し、数か月も営業できませんでした。これら3度もゼロからやり直した両親には、息子ながら頭の下がる思いがします。

私とはいうと、幼いころから間近で両親の働く姿を見ながら育ち、物をつくること全般が大好きだったので、なんの違和感もなく板前となり、家業を継ぐつもりでいました。まあ、両親の上手な洗脳もあったのでしょうか。好きな商売に就けただけでもうれしく思っております。

ただ、今後懸念されるのは、今年の夏は特に顕著でしたが、海水温度の上昇により今までのように魚が獲れなくなるのではということです。当店は全国に仕入れ先をもっていますが、どこの地域でも、魚が獲れないと関係者が嘆いていました。実際、まともに魚があがらないことが何週間も続いたりもしました。これまでもニュース等で騒がれても、実際に影響あることは少なかったのですが、直接響いてくるようになりました。

今後、この状況は益々進んで行くかも知れません。又、こんな状況を見越して、長野県では水産試験場を軸に、養殖事業の研究と事業展開を進めている所もあります。

私も幾つか取り寄せて食べてみましたが、とても良くできた魚でした。

そのうち、陸地で育てられた魚を普通に食卓で食べているようになるかもしれません。

料理屋もなにかと厳しいご時世ではありますが、「安心、安全、健康、」をベースに皆さんに喜んでいただき、「遊び」の要素も見出し、必要とされる商売で有り続けるために日々、精進していきたいと思えます。

＜この秋口に食べていただきたい食材＞

日本料理は健康食であると共に、長寿食でもあります。米を主食に、魚介、野菜、豆類を副食とする食文化を長年、形成してきました。

人の体は、さまざまな栄養素の組み合わせで成り立っています。体内で生成出来ないものも多く、食品から摂取することとなります。さまざまな栄養素を含む食品をバランスよく摂ることが重要であり、それこそが日本料理が優れている点でもあります。他国の料理と比べてもコース料理での食品目数は多く、又、必要とされる栄養素や成分も日本食には適したものが大半を占めます。身体全体の機能をつかさどり情報を蓄積する「脳・記憶」、情報を得るのに重要な「眼・視力」、肉体の基軸となり日常の活動を支える「骨・骨格」、身体を保護する「皮膚・粘膜」、そして、心身を健康に保つために必要な「内臓・免疫」。

これらの要素に誠に理にかなった食材で構成されているのが日本料理なのです。

まずは、「秋鯖」：脳細胞を活性化させるDHA、脳の形成に欠かせない良質のタンパク質は、魚のなかでもトップクラス、油がのって美味しいだけでなく、栄養価も優れています。

血合い肉には糖質や脂質、タンパク質を効率よく代謝してくれるビタミンB2が豊富です。

血栓防止、動脈硬化予防、細胞老化防止、貧血改善、認知症予防、がん抑制などの効果が期待できます。「このしろ」も同じような効果があります。

「薩摩芋」は芋類の中でも脳伝達物質をスムーズにさせるビタミンCの含有量が極めて多く、又、加熱しても栄養価を損なわない特徴をもちます。

「車海老」は視神経や筋肉の緊張をほぐすタウリン、水晶体や角膜の形成に必要なコラーゲンが含まれていて、眼精疲労を改善する働きがあり、加齢性白内障の予防にも効果があります。高タンパクで低脂質な上、免疫力を高めるキチン質、抗がん作用がある色素成分を含んでいる健康食材です。「鰻」はバランス良く、良質なタンパク質、ビタミン類、カルシウムを含み、中でも目の健康に欠かせないビタミンAが120グラムで3日分の目標摂取量が摂れ、肝には更に含有されるそうです。

「人参」はβカロチンの含有量が群を抜いており、視力低下を防ぐ働きがあります。

「戻りがつお」は骨を健康に保ち、強化するのに欠かせないビタミンDが非常に多く、100グラムで成人の1日の必要量をカバーできるそうです。又、血行を促進して、冷え症を緩和するナイアシン、貧血を予防する鉄や銅も多く、女性にもおすすめしたい食材です。

「きくらげ」はミネラルを多く含み、ビタミンDが豊富でカルシウムの吸収を助け、食物繊維が非常に多く、肥満や便秘を解消する整腸作用も期待できます。

「栗」は、薩摩芋と同じく身体を守るビタミンCが豊富で、渋皮にはタンニンが含まれ、インフルエンザの繁殖を抑制する働きがあります。感染症予防、抗菌作用、糖尿病予防なども期待できます。「舌平目」は細胞を若返らせるコラーゲンを多く含み、健康でみずみずしい肌作りを助け、鉄分も多く、貧血予防にも期待できます。

「野沢菜」は皮膚や粘膜の健康を保つβカロチン、コラーゲンの生成を助け、肌のハリを保つビタミンCに恵まれています。骨を丈夫にするカルシウムもおおいです。

「牛蒡」は食物繊維が野菜中最も多く、腸内で有害物質の排出を促し、便秘、肥満予防や美白効果も期待できます。又、肝機能も高め利尿を促進します。

「桜海老」は腸内環境を整えるキチン質や免疫力を高めるアスタキサンチンを摂取できます。

「なめこ」は納豆やオクラにも含まれるムチンが胃の粘膜を保護し、コレステロールや発がん物質を便とともに排出します。又、体内に侵入した有害物質を排出する作用もあるので、ダイオキシンやO-157などに対する効果も期待されます。

以上、季節ごとに昔から食べられていたものをバランスよく食べることで健康に直結することだと思われます。

9月のお祝い

誕生日

結婚記念日

会 員	ご夫人
樋口 金占 1	石丸 咲子 1
石川 一昭 10	岡田美代子 13
安田 貞夫 12	樋口 トシ 3
	米山 定夫 24
	駒形 隆子 8
	渕岡 茂・文 11
	神田 敬宏・トモ子 15
	浅間 一洋・陽子 23

5 ヨーロッパいち高い山、モンブランの前にて
「後ろの丸い頂がモンブランです」



6 マッターホルンを背に



7 ホテルの前で偶然に遭ったネコと一緒に
「思わず自宅のチョコを思い出しました(笑)」



■街の風景

とっても美しい街。世界中から観光客が訪れるに相応しい。洗濯物は外に干してはいけない決まりがある
そうで、地下に干している。
窓やベランダにはお花をたくさん育てている。お花の係りはその家のお嫁さん。
美しさを競ってコンテストが行われている。いい加減な家は笑われるそうだ。



8 有名な観光スポット「カペル橋」にて



■氷河特急

先日、日本人観光客が事故に遭遇した「氷河特急」。
その電車にも乗りました。日程が違えば事故に
巻き込まれたかも……私はとても運がいい。



■中立国「スイス」

この山ではないが巨大な山の中に万が一の緊急避難用に病院やシェルターが完成している。
「入口はここだ」と言われなければ解らないようになっている。
一般住宅でも地下シェルターの無い家庭は建築許可が下りない場合もある。他国からの侵略
に対し自分の生命、財産を守る意識が高いことが伺われた。
EUに加盟せず、もちろん自国の通貨(スイスフラン)を使ってヨーロッパの中心に位置し、
不都合なことはないのだろうかと思う。



三条北ロータリークラブ会員企業紹介

「ロータリーの会員は、その一人ひとりが、自分の職業と
ロータリーの理想とを結ぶ環である(ポール・ハリス)」

会員同士が会員企業の職業分類を知ることにより、会員の親睦、相互扶助
職業奉仕にこの「企業紹介コーナー」がお役に立つことができれば幸いです。



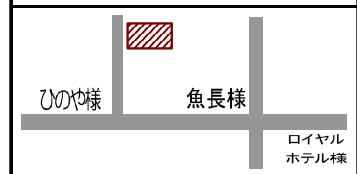
by 会報・広報・資料委員会

阿部勝子会員(新世代奉仕及びライラ)



■事業所名	有限会社 リズ
■職種分類	飲食業
■住 所	三条市本町2-8-5
■TEL.	0256-32-0973
■FAX.	0256-32-0973

アクセスマップ



こんな仕事をしています

■営業時間は16:00~24:00です。
パブリックハウスとしてソフトドリンクからアルコールまで色々な
飲み物をご用意しています。最近は二次会のお客様からのリクエスト
でカラオケも設置しました。気軽にお立ち寄りください。

お店の前にて



我が社のPRポイント

■素晴らしい夜をあなたに！
レンガ造りのクラシックなお店でジャズやシャンソンの調べを聴
きながらのコーヒーとお食事！夜の憩いのひと時はお酒のグラスを
傾けながらリズで語り明かしてみませんか！
素晴らしい夜をあなたに……。

店内風景

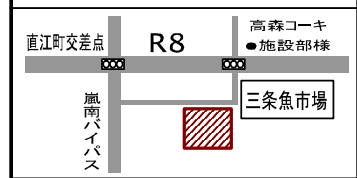


神田敬宏会員(親睦活動)



事業所名	株式会社神田屋商店
職種分類	鮮魚卸
住 所	三条市直江町3-2-41
TEL.	0256-32-1376
FAX.	0256-33-0129

アクセスマップ



こんな仕事をしています

- ・料理店、ホテル、旅館、冠婚葬祭業への鮮魚、冷凍品の卸売り。
- ・学校、病院、介護施設等の切身、骨なし加工商品の製造。
- ・一般消費者への「ウナギ蒲焼き」の販売。
- ・魚介類を詰合せた贈答品の製造販売。

社屋全景



我が社のPRポイント

- ・高品質で安心、安全な商品の販売に心がけています。
- ・少数、端数の発注にも対応可能。
- ・お客様の用途に合った商品の提案を行っております。

社内・作業風景写真

