



THE ROTARY CLUB OF NAGANO WEST

長野西ロータリークラブ

例会 毎週金曜日 12:30~13:30 ホテル国際 2 1
 事務局 〒380-0838 長野県長野市576 ☎026(235)2800 FAX 026(235)0016
 e-mail:nwrc@sweet.ocn.ne.jp



会長／青木 茂人 幹事／轟 修平 クラブ会報委員長／山崎 茂樹
 SAA／中野 欣哉 副 SAA／若麻績信昭

第1234回例会 2013年（平成25年）2月1日（金）

奉仕を通じて平和を Peace through Service

会長挨拶

青木茂人会長

「戸隠たくあん」

味噌料理の話も種切れとなってきましたので、すや亀ではみそ他にみそ加工品、漬物等を製造販売しておりますが、1月末からは戸隠たくあんの出荷が始まり、旬の時期でもありますので沢庵の話をしていただきます。

最近では家庭で野沢菜や沢庵を漬けられることが少なくなりましたが、10~20年前までは結構みうけられ、すや亀では11月下旬、各家庭の委託を受け、野沢菜や沢庵を漬けてお届けし、家庭ではただ重石をしていただくだけの「漬け込み沢庵、野沢菜」がいい商売となっております。野沢菜はそれほどでもなかったのですが、戸隠沢庵の青首支那大根は市場ではよい原料が手に入らず、契約栽培を主体として集めるのに苦労しました。またそれを洗って干すのが更に大変な手間でした。味付けも昔ながらのヌカと塩、さらに旨味を出すためにザラメと市田かきの干した皮と乾燥させたナスの葉を使います。この大根はぬか漬と大根おろしには向いていますが、煮物やおでんには硬くてむきません。坂城近辺で栽培されている「ねずみ大根」も同類です。そのため上山田の「こはく」の大根のおろし汁で味噌をといて食べるウドン「おしぼりウドン」が名物となっております。しかし残念ながら食生活の変化と多様化はすさまじく、近年沢庵や野沢菜の出荷は最盛期の1/3に減少してしまいました。それに対応し新製品を出し続けなければならないのでたいへんです。

幹事報告

轟 修平幹事

- ・会費の振込みがまだの方は宜しくお願いします。
- ・2月レート 1ドル=88円。
- ・世界寺子屋運動、キャンペーン、書き損じハガキと未使用切手回収運動にご協力ください。
- ・熊平製作所から抜粋の葉が届き配布しました。
- ・会長の紺のウール地のコートをお間違えになった方がいらっしゃいます。内側にネーム入りですので、再度確認をお願いします。

2月のお祝い

おめでとうございます

<夫人誕生記念>

伊倉 美幸さん	井上 紀子さん
小山 優里さん	金澤千代美さん
綿貫 洋子さん	山本由美子さん

<結婚記念>

小林 敏生さん	宮川 礼二さん
伊藤 宗正さん	

<会員誕生記念>

金澤 哲也さん	村田 弘志さん
斎藤 泉さん	



2 / 8 本日のプログラム

会員卓話 伊倉智毅さん

2/1 (会員58名) 出席37名前々回修正出席率80.4%

ゲスト 早川 拓志さん (長野陳式太極拳道友会)

- ・福澤 寛さん☆次男がやっと結婚いたしました。
- ・小出昭雄さん☆2月！あと11ヶ月で平成26年
- ・轟 修平さん☆会費を2度振込んでしまいました。西澤さんすみません。余分な手間をおかけしました。(どういたしまして・・・西)
- ・滝澤 功さん☆四国巡拝88か所結願しました。応援いただいた野村さん、高橋先輩、山口文男先生に報告しお礼申し上げます。
- ・金澤哲也さん☆自宅のある新潟は、まだ雪が多いので春が待ち遠しいです。
- ・柄澤重登さん☆年には勝てないことを実感する毎日です。
 - ・合計 18,000円
 - ・スヌーピー 4,983円
 - ・累計 482,797円

会員家族委員会からのお知らせ 伊東委員

2月16～17日の春の親睦ゴルフ参加の方はお申し込みください。5月12日の長野市内6RC親睦ゴルフコンペ優勝目指して特訓致しましょう。

確定申告用寄付領収書について 福澤R財団委員長

2012～13年度の12月までにご寄付いただいた方に確定申告用の寄付領収書がきました。該当の方に(米山奨学会寄付の領収書も)配布しましたのでご活用ください。

講師紹介 中野欣哉SAA

早川さんは、1977年長野市に生まれ、幼少の頃からスポーツに親しみ小学生時代は剣道、中学では野球、高校ではサッカーとそれぞれ楽しみ取り組んでこられました。大学では山岳部に所属していましたが、陳式太極拳と出会い、その魅力に惹かれ現在も恩師のいる千葉県へ毎月通い日本陳式太極拳学会の指導員として活動し、ここ長野県でも太極拳の教室を開いています。太極拳の発祥は中国の陳家溝(ちんかこう)と言われていますが昨年の夏にそこへ修行に行くなど正しい太極拳を身につけ、伝えるため現在も練習に励んでいます。

ゲスト卓話 早川 拓志さん



「陳式太極拳のすべて」

陳式太極拳は約400年前、中国河南省の陳家溝に住む陳王廷が創始したと伝っております。

その後、数々の流派が生まれ、現在に至っております。現在の太極拳は五つの流派に分布されております。

- 陳式太極拳
- 楊式太極拳
- 呉式太極拳
- 武式太極拳
- 孫式太極拳

陳式太極拳の特徴は、

- 剛柔相濟
- 快慢兼備
- 震 脚
- 発 勁
- 纏 絲 勁



という、一連の動作によります。

又、太極拳の中心は、身体の丹田(へその下)に蓄えた力を活用するのが特徴で、老若男女を問わず、中国を代表する健康法として親しまれているほか、一族や村を守るために編み出された本来の「実戦拳法」「護身術」としても優れた力を持っています。実演していただきましたが、ものすごく迫力がありません。 会報当番 齋藤 泉



例会案内

- 2月15日 会員卓話 高橋英司さん
- 2月22日 ゲスト卓話 堀川啓子さん