



# 三条北ロータリークラブ週報

## 行動に信念を—…信念は行動に—…

BELIEVE IN WHAT YOU DO —…  
DO WHAT YOU BELIEVE IN —…  
国際ロータリー会長 ロバート R. パース 第2560地区ガバナー 細瀬久雄

例会日  
1994. 4 . 5  
累計 No 360  
当年 No 37

会長／羽賀一夫

幹事／長谷川博一

SAA／早川龍雄

例会日／火曜日 PM12:30～1:30

例会場／三条ロイヤルホテル ☎34-8111

事務局／三條市西四日町3-15-34  
ヒューマン・ハーバー内 ☎35-7160  
FAX ☎33-8972

行事： 雑誌委員会 堀川正幸委員長

出席： 本日の出席 55名中38名

先週の出席率 55名中46名 85.45%（前年同期89.75%）

先週のメイクアップ： 3月23日 三条RCへ 外山晴一さん

31日 燕RCへ 吉田春雄さん 佐藤文夫さん

4月4日 三条南RCへ 米山忠俊さん 加藤実さん 坂本勝司さん  
中条耕二さん 山口龍二さん 山上茂夫さん

ビジター： 三条RCより 野村竹三郎さん 小林英雄さん 渋谷健一さん 小越憲泰さん  
広岡豊作さん 五十嵐力さん 山本福七さん 石橋育於さん  
佐々間勝敏さん 山田富義さん 五十嵐昭一さん 内山辰策さん  
小越憲泰さん

三条南RCより 鈴木罔彦さん 竹山昭二さん

会長挨拶： 羽賀一夫

4月はロータリー雑誌月間です。3月号のロータリーの友を読んでいたなら、面白い投稿が載っていましたので、ご紹介いたします。

「いまだ玉碎せず」 飯田南RC 高安健之さん

私は以前から、ロータリーのある面については批判的であった。それについては『友』にも投稿し、賛成の意見もいただいたこともあった。それはマンネリ化した形式主義、教条主義、権威主義などのうえに構成され、運営されてきた状態に対してである。「みんなに公平か」など、「四つのテスト」にしても、はたして通用しているであろうか。

地区大会（第2600地区）をホストしてみて、私は改めてそれを痛感した。一昨年夏、大会幹事を引き受けたときの私の大会に対する基本方針は「簡素」ということであった。そしてこれには大会委員長をはじめ全会員が賛同し、三井章義ガバナー（当時ノミニー）も初対面の第一声で「簡素」

生理作用の塩とは「塩化ナトリウム」という元素のことであるが、食物としての「塩」というのは食物中の塩と調味料としての塩の合計である。

その自然塩のとり方であるが、先にも述べたようにこれを塩だけを水に溶かして飲むのは、効率が悪いから、飲んではいけなわけではないが、もっと効率よくとるためには、塩として単独にとるのではなくて、ゴマ塩、ミソ、醤油、漬物、梅干し、たくあん、塩と油のいためもの、というように食物と組み合わせてとるのが効率よい。ということをご心得ておいていただきたい。ということである。

これは食物の中に住んでいる“微生物”の働きで、効率が非常によくなるからである。

いちくら・さだむ 大正7年群馬県生まれ。空理空論を排し、徹底的な現場第一主義で知られる異色の経営コンサルタント。経営者とともに自らも金策に走るなど、その温かい人柄と厳しい指導は全国に多くの“一倉ファン”を持つ。現在までに氏の経営指導を受けた企業は5,000社以上に及ぶ。『人間社長学』など著書多数。

## 4月のお祝い：

| 誕生祝い    |     |       |     | 結婚祝い        |  |  |  |
|---------|-----|-------|-----|-------------|--|--|--|
| 長谷川博一さん | 1日  | 早川町子  | 1日  | 落合益夫・千鶴子ご夫妻 |  |  |  |
| 梨木建夫さん  | 2日  | 柄沢佑子  | 1日  | 石月雅司・恵美子ご夫妻 |  |  |  |
| 今井克義さん  | 10日 | 稲田美津子 | 14日 | 鈴木英友・成子ご夫妻  |  |  |  |
| 長谷川恵慈さん | 17日 | 高橋淳子  | 30日 | 佐藤文夫・君子ご夫妻  |  |  |  |
| 堀川正幸さん  | 21日 |       |     | 羽賀一夫・芙美子ご夫妻 |  |  |  |
| 米山忠俊さん  | 22日 |       |     | 堀川正幸・美智子ご夫妻 |  |  |  |

## 理事会

開催日時 平成6年3月15日 13:30～14:20

開催場所 三条ロイヤルホテル

出席者 羽賀一夫 長谷川博一 山上茂夫 江口悟 本間茂男 米山忠俊 味方義一  
早川龍雄 斎藤正

議事 1、親子劇場「おさそいチラシ」推薦掲載の件 承認  
2、三条RC主催「室内楽の夕べ」コンサートチケットの件 50枚引き受ける事で承認

4月12日例会： 会員卓話 柄沢憲司会員

4月19日例会： 夫人同伴夜例会

をモットーとしていく旨の発言があり、大いに意を強くした。そしてまた、地区大会は“ロータリー活動の縮刷版”ともいうべきものであることから、その改善をめざす私にとっては、そのホストを受けることは願ってもないチャンスだった。

以来、全会員あげて、いつかはだれかがやらなければならないという使命感に燃えて、着々と準備に入っていた。

しかし、本登録の前後から心配していたいろいろな指示や要望といったものが流れてきた。そのころから内部も賛否両論で対立したり、その他のことも重なって一時、陰悪な空気が流れたこともあった。そうこうしているうちに、初めの勢いはどこへやら、外堀が埋められ、次いで内堀に及び、やがて全員刀折れ矢尽き“風しようしようとして<sup>えきすい</sup>易水寒し”の状態になってしまった。

そして、ふたをあけてみれば、従来と変わりばえのしない旧態依然とした陋習<sup>ろうしゅう</sup>をひきずってのセレモニーの羅列で終わった。

R I 会長代理をはじめ、多くの方々から建前のお褒めの言葉はいただいたものの、私としては、もうひとつ釈然としないものがあった。上坂冬子氏の記念講演の演題は、「硫黄島<sup>いま</sup>未だ玉砕せずを書き終えて」であったが、飯田南 R C はある意味においてこの日をもって玉砕した。

さて、私は R I 会長代理歓迎晩さん会で、次期地区大会のホストクラブである軽井沢 R C の大会委員長さんと、たまたま同席になった。そこで地区大会の顛末<sup>てんまつ</sup>について話し合い意気投合、微力ながら全面的な協力を約束した。“後に続くを信ず”そういった気持ちからすれば「飯田南、未だ玉砕せず」といえよう。

幹 事 報 告： 長谷川（博）幹事

◇ 田上あじさい R C 認証状伝達式のご案内

日 時 平成 6 年 5 月 28 日（土）

会 場 ホテル小柳

◇ 三条おやこ劇場より「おさそいチラシ」推薦掲載の願いがきております。

◇ コンピュータシステム様より竣工祝いに対する礼状を頂戴いたしました。

委員会報告：

スマイル B O X 委員会 石川（友）委員長

3 月の月間コメント秀作賞は佐藤啓策さんでした。

子鳥の声がとても綺麗で、カラスの声さえも可愛いく聞こえました。自分の気持の持ちようと同じ鳥の吹き声も随分と違って聞こえるものだなあと、悟らせて頂きました。ありがとうございました。

ライン・カンマー・アンサンブル演奏 室内楽の夕べ

94 4 / 27（水）午後 6:00 開演

会場／三条市中央公民館大ホール

る。

また、羊水は塩水である。太古の海水とそっくりだという。この塩水の中で胎児が育つのである。生命を次の代に引き継ぐ胎児は、最高の環境の中で育てられる筈だ。それが塩水なのである。

右の二つの事実は、塩こそ生命の源である証拠である。

ナトリウムは、百ほどある元素の中で、最も活性の強い元素で、体内で原子転換を行いながら、変幻自在に数えきれないほどの物質を作り出すことができる。

そこで、塩と人体について正しい認識を持ってもらうために、まず塩に関する三つの妄説が、どう間違っているのかを述べることにする。

一、「塩は血圧を上げる」という妄説

高血圧と塩分との関係を最初に論じたのは、1904 年、アメリカのボンジョド博士の「高血圧に減塩療法を行って効果があった」というレポートだといわれているが、これは、あまり問題にされなかった。

戦後、アメリカのダール博士による日本の都道府県別食塩摂取量と高血圧の発生率を調べた結果、「高血圧は塩分のとり過ぎが原因」という、早とちりであった。

ところが、後にもっと詳しく部落別に分けて調べたところ、塩分摂取量が多くても高血圧にならない部落が多く存在するとともに、塩分摂取量が少ない部落でも高血圧部落が多いことがわかり、食物との関係を調べ直した結果、白米食が高血圧の犯人だということがわかったが、既存の説を覆すことはできなかった。先入観念のなせる業だろうか。

私の行った多くの実験では、自然塩をとると、血圧は見事に、しかも急速に下がってゆく。例外は一つもない。

自然塩は高血圧を下げるだけでなく、低血圧は上昇して正常血圧になる。

この、一見不可解な現象も、人体生理を理解していれば不可解でも何でもなく、当たり前のことなのである。このことは後にもう一度触れることにする。

ところが、精製塩（塩化ナトリウムの純度が 99.5% のもので、食卓塩がこれである）をとると血圧が上がる。多くの人が体験していることである。これは、精製塩というのは食物ではなくて有害な“薬品”だということである。

人間が普通とっている食物には、純粋なものは一つもない。こうした食物に順応してできている体には、自然界にない純粋な物質をとっても、体にはそれに順応する力がない。さまざまな副作用が起こる。その一つが高血圧である。精製塩は毒物なのである。

余談だが、純水や純酸素は赤血球を分解してしまう。純粋なものは、いかなるものでも人体に対しては毒性を持っているのである。

それは、「塩」と私が書いているのは、専売局の食卓塩でなくて化学薬品だから論外として、生理作用としての「塩」と、食物としての「塩」との違いについてである。