

# 釧路南ロータリークラブ会報

第28回 例会報告 2020.2.14 通算1802回

・点 鐘 前田会長

・ロータリーソング

「我等の生業」



ソングリーダー 佐藤 潤会員



IMのご案内として加納ガバナー補佐と那智 IM 実行委員長御挨拶



釧路西 RC 那智 IM 実行委員長

・お客様と来訪ロータリアンの紹介

ガバナー補佐 西RC 加納 典好君  
IM実行委員長 西RC 那知 哲君  
ファーストコンサルティング(株)代表  
中小企業診断士 乗山 徹様



加納ガバナー補佐御挨拶

・入会記念祝

亀岡 孝会員 H24. 2. 17 (8年目)

・誕生祝



前田会長

## ・結婚 祝



森江会員

## ・会 長 挨拶



今日は、塩についてお話したいと思います。あくまでも個人的見解で押し付けではありませんからそのところ宜しくお願い致します。ファミレス等の規模の大きいところではカロリー表示の下に塩分も表示されていますが、塩気も相当気を使っております。塩分の摂りすぎは高血圧の元になるとか、万病の元という事で減塩が身体に良いという事で厚生労働省、医師会等が積極的に減塩を勧めております。これには、からくりがありまして(このような説があるという事です)20年程前までは塩とタバコは専売公社が扱っていましたが、専売公社の親方は旧大蔵省、現在の財務省が所管していました。お酒はというと税務署であり親方はやはり旧大蔵省でした。塩もタバコもお酒も旧大蔵省が法律を所管していました。そこで、国民の健康に関しての方向性を示すために、2000年から「健康日本 21」という活動を厚生労働省、各都道府県、市町村の役場で行なっております。多額な税金を投入して推進しているのに多くの国民

はこの名称を知りません。この中で言っている事、塩分摂取量成人男性で1日8g以下成人女性で1日7g以下摂取していれば健康でいられると言っております。

- 1.塩分の摂取量を控える事
- 2.受動喫煙の危険性について、タバコを控える事
- 3.お酒の飲みすぎに注意

この3本柱をとにかく強調しています。何故、塩とタバコと酒飲みを悪者にするのか、元々国が管理していたわけですから自由に扱えたのです。皆さんも解っているはずですが、本当に身体に悪いもの一つに塩の対極に砂糖がありますが、これは悪者に出来ないんです。例えば御菓子関係の大企業から相当クレームが必ずきます、まさにこの様な政治、財界の忖度により国民の健康が犠牲になっていくと言っても過言ではないでしょう。日本人の気質、考え方は勧善懲悪を好む、例えばアンパンマンとバイキンマン、仮面ライダーとショッカー、水戸黄門と越後屋みたいな悪いものと良いものをはっきり区別するだから日本を統治していくためには悪いものを示すことが必要だった訳ですが、その悪いものが塩、タバコ、酒ということだったんです。つまり国が所管しているものならば誰からの圧力もないし後の本当に悪いものがぼやけるといいう仕組みになります。実は砂糖やマーガリン、サラダ油、小麦粉が悪いとは言えないのです。減塩というのはそのような背景から作られてものなので意味が無いそうです。江戸時代、拷問の一種に「塩抜き刑」というのがあったのは御存知でしょうか。罪を白状しない罪人に対して行なったそうですが、食事から一切の塩分を抜くのですがどうなるかという 体がふにゃふにゃになって動けなくなり、思考が麻痺してどうでも良くなり何でも喋ってしまうそうで数週間続けると生命の危機が訪れます。また、減塩により血流が弱くなると頭に血液が充分に送れなくなるので、認知症やアルツハイマーになり易くなるという事例報告も多々あります。たしかに、日本は減塩ブームで何から何まで減塩食、認知症やアルツハイマー発症率は諸外国と比べるまでもなく圧倒的に郡を抜いています。色々説明してきましたが、何を言いたいというと減塩という言葉に惑わされずにしっかりと塩分を摂ったほうが心身とともに健康でいられるという事でした。塩の話についてはこれからが本番なんです時間が限られてますので次回という事にします。

## ・幹事報告



- \* RI 日本事務局より 2月のロータリーレートは1ドル110円です。
- \* ロータリーの友が届いております。レターケースにございますのでお帰りの際はお持ち帰りください。
- \* 厚岸ロータリークラブ様より2月の例会プログラム及び会報が届いております。
- \* 国際ロータリー年次大会旅行のご案内が届いております。
- \* 釧路夕やけライオンズクラブ様より10周年式典祝賀会のご案内が届いております。

各資料の回覧させていただきますのご一読の程 宜しくお願いします

## ・委員会報告

### 親睦委員会 亀井副幹事より報告



- ・本日のニコニコ献金  
亀岡 孝会員 入会記念祝として

## ・本日のプログラム

### 「ゲスト講話」夜間例会

担当 クラブ運営委員会



ファーストコンサルディング(株)代表 乗山社長



## ・次回のプログラム

2月21日(金)

「平和と紛争予防 紛争解決月間」

会場 アクア・ボール 12:30～

担当：国際奉仕委員会

- ・点 鐘 前田会長  
今週の会報担当：早津壮史会員