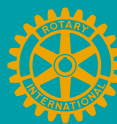


金沢西 KANAZAWA WEST ロータリークラブ ROTARY CLUB Rotary



ロータリー：
変化をもたらす

事務局 〒920-0869 金沢市上堤町 1-15 金沢上堤町ビル 3 階 TEL 076 (222) 2525 (代)
ホームページ: <http://www4.ocn.ne.jp/~k-westrc/> E-mail: k-westrc@angel.ocn.ne.jp

'17~'18国際ロータリーのテーマ



四つのテスト 1. 真実かどうか 2. みんなに公平か 3. 好意と友情を深めるか 4. みんなのためになるかどうか

行動する ロータリアンに 会長/金森 和治

第2594回例会 6/1 [2018年] 会報

本日の卓話

「我社の社是・社訓 などなど」

金沢機工(株)取締役会長 井上 三郎 氏(金沢西RC会員)

第2593回例会 5月25日

1. 卓話

「漢方から学ぶ健康のコツ」

金沢大学附属病院 漢方医学科 臨床教授 医学博士

小川 恵子 氏



漢方について全般的なお話をさせていただきます。

「疲れやすい」「なんだかこの頃いろいろ考えてしまう」などの症状がありませんか。これらの調子の悪さを改善したいときに漢方医学がお役に立ちます。

東洋医学では、肝(司令本部)腎(成長・生殖)心(精神活動)肺(呼吸)脾(胃腸)が大切です。「肝が据わっている方」とはどういう方でしょうか? 判断力があり、認知機能もある方ではないでしょうか。判断力が鈍っているときは、腎という気をしっかりとすると良くなり、指令本部の肝の働きが良くなります。腰椎ヘルニアは、腎の気が良くなると、浮腫みが取れ、神経圧迫が無くなり治ります。

私は、前田利家公と豊臣秀吉公と同じ名古屋市出身です。お二人は互いに灸をしていたと記されている文献があり、健康に気を付けていたと思われます。秀吉公の主治医である曲直瀬玄朔先生は、晩年の秀吉公の

風邪治療に桔梗湯を使っており、そこから消化吸収能力の衰えを補うために漢方を使っていたということがわかります。文献に記されている漢方の使い方を見れば、その当時の本人の状況がわかるというのも漢方の特徴の一つです。

腎を補う薬に『八味地黄丸、六味地黄丸、牛車腎気丸』があります。それらは免疫力アップの効果があり、腰椎治療にも使われます。漢方では気(エネルギー)、血(血液)、水(血液以外の液体)のバランスが大切です。気を補うことで血の巡りを良くすることが出来ます。

保険で認められている医療用漢方製剤は148種類、煎じ薬は200種類あり、医師の診察で薬剤投与が出来ます。日本の保険適用の漢方薬は品質の安全性が高く、安心して服用できます。

漢方を服用することで体を動かせるようになり、健康増進が期待できます。生活習慣を改善するとより効果的です。蛋白質を取ることも必要で、大豆製品だけでなく、肉、魚も取り入れて欲しいです。

体の健康、精神の安定、養生が大切です。つまり、心身一如が大切ということです。積極的な養生として、何か新しいことをすることもいいです。例えば、禁煙に取り組むことも大切ですし、動かさなかった頭を動かすことは積極的な養生といえます。

2. ローターリー財団表彰



ポールハリスフェロー
表彰 第1回
高木 利定 君

3. 新入会員



奥山 誠司 君
住友生命保険相互会社 金沢支社
金沢支社長

4月に金沢に転勤して参りました。前任地は新潟でした。新潟も30年ぶりの大雪で大変でした。金沢の地に早く慣れたいです。

金沢東RC60周年記念講演・特別例会・レセプション

5月25日(金) 15時から21世紀美術館にて行われました。



2017-2018年度最終例会のご案内



6月22日(金) 18時30分
点鐘で最終夜間例会を行います。「ビートルズ」の演奏でビートルズの曲を聴きながら、東急ホテルの美味しい料理をお楽しみいただく予定です。万障お繰り合わせの上、大勢のご参加を心よりお待ち申し上げます。

ニコニコ委員会

金森君／小川恵子様、漢方のお話し楽しみにしています。今日から入会される奥山様、一緒に金沢西RCを盛り上げていきましょう。

北村君／奥山さんの入会を歓迎いたします。小川恵子様、本日の卓話ありがとうございます。よろしくお願いいたします。

小林君／本日の卓話講師、小川先生、最近『物忘れがはげしい』のですが、処方薬は有りますか? 宜しく願い致します。

長路君／今日は、娘のいる東京に車で行きます。19時に到着したいので、これを読んだら退室します。本当に申し訳ありません。

田中君／小川先生卓話ありがとうございます。

5月25日 10,000円
累 計 1,231,500円

お知らせボード

卓話予告 第2595回例会 6月8日

「金沢の食文化について」

金沢市産業政策課

中村 嘉男氏 若林 達也氏

本日 6月1日(金)	謡の練習
13:40～	金沢東急ホテル
6月5日(火)	金沢8RC新旧会長・幹事会
18:00～	ホテル日航金沢
6月8日(金)	定例理事会
11:30～	金沢東急ホテル
6月8日(金)	謡の練習
13:40～	金沢東急ホテル
6月11日(月)	ファイアースイドミーティング
18:30～	割烹寿司 志げ野
6月15日(金)	新入会員研修会
11:30～	金沢東急ホテル
6月15日(金)	新旧クラブ協議会
18:00～	金沢茶屋
6月22日(金)	最終夜間例会
18:30～	金沢東急ホテル
6月29日(金)	休 会

金沢西ロータリークラブ

会長／金森 和治 幹事／北村 治俊
公共イメージ委員会／委員長：中村 雅代 副委員長：長路 佳恵
委 員：田辺 邦雄 切道 敏郎 徳沢 真二 岩木 敏子 田中 喜久代

金沢市内メーキャップ

月曜日 金沢東 ANAホリデイ・イン金沢スカイ
〃(夜) 香林坊 金沢東急ホテル
火曜日 みなと ANAクラウンプラザホテル金沢
〃 金沢南 ホテル日航金沢
水曜日 金 沢 金沢ニューグランド
ホテル
木曜日 金沢北 松魚亭
〃(夜) 百万石 ホテル日航金沢

子・孫クラブメーキャップ

火曜日 白山 RC グランドホテル松任 水曜日 野々市RC (第1・第3のみ夜)
木曜日 白山石川RC グランドホテル松任 金沢国際ホテル
(夜)

ロータリー財団寄付

当クラブ寄付額は22,187ドル513セントです(2017年6月30日現在)
米山記念奨学金寄付額は40,340,050円です(同上)

6月からロータリーレート 1ドル110円