



国際ロータリー第2740地区 長崎北東ロータリークラブ

2021~2022年
週報第7号
(通算2195号)
例会:令和3年10月6日

四つのテスト

言行は、これに照らしてから

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



会長エレクト
田中 徳之

会長挨拶 浜本 義文



昭和歌謡界の偉人 古賀政男

古賀政男は、明治37年(1904年)、現在の福岡県大川市に生まれました。少年期を朝鮮で過ごし、京城善隣商業学校を卒業し帰国。その後、上京して明治大学に入学して明大マンドリン倶楽部の創設に参加しました。卒業後は、作曲家として日本コロムビアなどから数多くの作品を世に送り出し、昭和を代表する大作曲家として活躍されました。明治維新とともに日本に西洋音楽が輸入されると、学校教育に文部省歌が取り入れられます。そして、大正時代には、東京音楽学校(現、東京藝術大学)で西洋音楽の教育を受けた中山晋平氏などが中心となり、流行歌、新民謡、童謡などの作品が生み出され、世に広く流行していきました。そのような中で、幼い頃より独学で音楽に取り組んできた古賀政男は、昭和5年、自らの代表作となる「影を慕いて」を発表しました。「影を慕いて」では、それまで流行歌のレコードに使用されなかったギターが初めて使用されます。今でこそギターは、歌謡曲をはじめとしてフォークやロックなど幅広い音楽で、当然のように使用されていますが、当時としては画期的なことでした。また、「酒は涙か溜息か」では、極端に短い詩に苦心して曲を付け大ヒットさせます。「丘を越えて」では、一般的にあまり重視されてこなかった前奏にマンドリンを使い、それまでにない長さで作曲し、大好評を得ました。戦後は、ジャズやロカビリーなどアメリカの音楽が日本を席卷する中で、昭和23年、古賀メロディーの代表作の一つともいえる、感傷的な「湯の町エレジー」を発表して大ヒットさせました。また、美空ひばりの最大のヒット曲となった「柔」などの作曲により、日本人の心に「演歌」というイメージが定着するまでになります。また、戦争の悲惨さを体験した古賀政男は、世界平和のための国際音楽祭の開催を夢見ていました。そんな想いが形となったのが、「広島平和音楽祭」でした。昭和49年に開催された第1回の音楽祭で、美空ひばりの「一本の鉛筆」が披露されると、深い感動を呼びました。そしてこの音楽祭からは、古賀メロディー「ひろしまの母」も生まれました。昭和歌謡史において「大衆性」を確立させた古賀政男の意思は、後に、阿久悠、宇崎竜童、阿木燿子ら、大学の後輩達へと受け継がれることとなります。古賀政男が亡くなられて40年以上にもなりますが、その功績は、数多くの古賀メロディーとともに、今日の日本の音楽文化の中で脈々と生き続けております。「温故知新」、故をたずね新しきを知るという言葉がありますが、若い会員の皆様も昭和歌謡に触れてみては、いかがでしょうか? なにか新しい発見、感動が見つかるかもしれません。



【幹事報告】



幹事
西岡 克之

- 10月のロータリーレート 1ドル=112円
- 例会変更 長崎出島RC 10/22(金) 観月会・賀寿会
ガーデンテラス長崎 18時30分~
長崎西RC 10/19(火) 観月例会
京華園 18時30分~
11/2(火) 職場訪問例会
出島メッセ長崎 12時30分~
長崎みなとRC 10/19(火) 観月会
サンプリエール 18時30分~

- 10月13日(水)は、防災体験学習です。アストピアで12時半より、例会食事をしてから、13時より長崎市消防局に移動し、13時半から1時間程防災体験をいたします。ブルーのジャンパーをご持参ください。
- 10月16日(土)は、長崎北東ロータリークラブ杯少年ソフトボール大会を実施する予定です。応援参加を宜しくお願いいたします。お弁当を用意いたしますので、出欠表の記入をお願いいたします。
- 第2期諸会費請求書をポストに入れてあります。

今後の予定

- 10月13日(水) 長崎市消防局 防災体験学習
- 10月20日(水) 卓話・(株)紀の川
代表取締役 瀬頭信介様
- 10月27日(水) 卓話・(株)一般社団法人
ひとり親家庭福祉会ながさき
事務局長 山本倫子様

ニコニコBOX



ニコニコ発表
早崎会友

浜本: 管理栄養士 松崎美佐子様、ご来訪ありがとうございます。本日の卓話、宜しくお願い致します。

西岡: 管理栄養士 松崎美佐子様の御来訪を歓迎します。本日はよろしく申し上げます。

猪股: 結婚記念日のお祝い有難うございました。今月21日で37年です。結婚生活は我慢と辛抱といわれています。今朝、私はよく耐えてきたと妻に言ったら、ワガママ亭主に耐えたのは私の方と反撃された次第です。

伊藤: 本日もよろしく申し上げます。

大坪: 管理栄養士 松崎美佐子様、本日はよろしく申し上げます。

鬼塚: 松崎美佐子様、ご来訪歓迎します。卓話よろしく申し上げます。誕生日のお祝い、ありがとうございます。

田中(徳): 本日、松崎様の御来訪 歓迎致します。

辻村: 管理栄養士 松崎美佐子様、本日の卓話 宜しく申し上げます。

南里: 管理栄養士 松崎様、ご多忙の中 恐れ入ります。本日はよろしく申し上げます。

花田: 松崎美佐子様、本日の卓話 楽しみにしています。よろしく申し上げます。

馬場崎: 10月に入り、少し涼しくなり過ごしやすくなってきましたね。また、今日からコロナ感染段階も「ステージ1」になりましたが、コロナには十分気を付けましょう。本日もよろしく申し上げます。

東: 長崎市中総体駅伝大会をみにいきました。タスキをつなぐ子供たちをみて感動しました。誕生日祝ありがとうございます。

丸木: 管理栄養士 松崎美佐子様のご来訪を歓迎致します。本日の卓話よろしく申し上げます。楽しみにしています。

三原: 初めての司会担当です。とちらないように頑張ります。

宮口: 本日もよろしく申し上げます。

小計: 15名/¥50,000 累計: 99名/¥257,200

本日のご来訪者 管理栄養士 松崎 美佐子様

社会奉仕委員会 委員長 鬼塚洋一

1. 環境美化プロジェクト 清掃活動の実施について

9月26日(日) 長与町潮崎公園にて10:00~1時間、清掃奉仕活動を行いました。当日は天気にも恵まれ、参加された15名の会友は熱中症、怪我に気をつけながら公共イメージの向上貢献を目的とした活動に汗を流しました。2次マイクロプラスチックが及ぼす悪影響を考え、プラスチックごみの回収を意識していましたが、回収物は大半が流木であったため、回収後の海岸はスッキリとしていました。浜本会長の言葉を借りれば、心もスッキリとした活動となりました。活動の内容は27日長崎新聞朝刊に掲載されました。30代会友の子どもたちがこの場所を気持ちよく使ってくれれば、それだけで活動の甲斐がある、と結ばれています。



2. 職場訪問活動について(案内)

10月13日、長崎市消防局にて防災体験学習を計画しています。先日、事務局より案内をFAXで送付しています。本日が参加締め切りとなります。会友皆様の参加、よろしくお願いします。

長崎市消防局 8階

知って、学んで、体験しよう!



10月にお祝いを迎えられる方.....

誕生日をお迎えになられた会友



10月11日 吉田会友 10月14日 東会友 10月18日 鬼塚会友

結婚記念日をお迎えになられた会友



10月10日 辻村会友 10月21日 猪股会友 10月23日 中野(雅)会友

入会1年目



10月26日 丸木会友 10月7日 伊藤会友 10月7日 馬場崎会友

卓話

コレステロールを下げる食事について

管理栄養士 松崎美佐子様



自己紹介

氏名: 松崎美佐子
資格: 管理栄養士・健康運動指導士
プロフィール:



小学生の頃、農作業で忙しい両親の為に料理を作った事が料理に興味を持ったきっかけでした。念願の栄養士となり老人施設・社員食堂・治験・メディカルフィットネス・医療分野で経験を積む中で、色々な方々の食事相談をする中でもっと早く病気に対する予防をしていれば そう重い病気までにはならないのではと思うようになりました。そう組織の中でただ患者様を待つのではなく、もっと身近な栄養士として食事や健康についての情報を発信し気軽に聞ける栄養士として一人でも多くの方のお役に立ちたいと思い栄養サポートを起業しました。

いきなりですが、
健康診断は1年に1回は受けていますか？
毎年変わらないですか？

年々検査値が悪くなってる？

去年と比べて良くなった♪

変わらない!!

特定健診の主な健診項目(長崎市国民健康保険課)

健診項目		この検査でわかること
内臓脂肪の蓄積度	★腹囲	メタボリックシンドロームの判定のベースとなる内臓脂肪の蓄積度合を調べます。内臓脂肪が過剰にたまると、動脈硬化が急速に進み、様々な生活習慣病の原因となります。
肥満度	BMI	肥満、やせでないかを調べる項目です。BMI = 体重(kg) ÷