

ROTARY CLUB OF
NARA - WEST

DISTRICT WEEKLY BULLETIN
2650 No. 2359

2019. 4. 11

創立 1969年(昭和44年)12月13日
例会日 毎週木曜日 18:00より
事務所 〒630-8001 奈良市法華寺町254番地
例会場 奈良ロイヤルホテル内
TEL 0742-34-1131 FAX 0742-30-2000

2018~2019年度
国際ロータリーのテーマ

2018~2019年度
地区のスローガン



ロータリーを学び、実践し、発信しよう；
Enjoy Rotary

国際ロータリー会長
バリー・ラシン

RI第2650地区ガバナー
中川 基成

会長	追山 重法	副会長	安井 清悟		
幹事	猪上 正孝	会計	谷垣 嘉輝	会場監督	東山光秀
理事	笹本麻琴	理事	金田 宗寛	理事	植野洋志
理事	相澤万裕子	役員	有馬 康明	会報委員長	松山悦啓



4月
霊山寺 満開の桜

今月は 母子の健康 月間です

第34回(2359回)例会プログラム平成31年4月11日(木)

早朝例会

霊山寺にて

第33回 (2358回) 例会報告 2019. 4. 4
ソング

「君が代」「奉仕の理想」

出席報告

	会員数	出席計算 免除会員数	出席会員数	欠席者数	出席率
通算 2358 回	46	8/10	18/36	18	59.1%
通算2356回修正	46	8/10	33/36	3	93.2%

会長の時間 (追山会長)

皆様今晚は、4月1日に新しい元号が発表され『令和』に決まりました。全く予測が出来なかったのは私だけでしょうか。これで私も昭和、平成、令和の時代を生きて来た事になります。本当に明治は遠くになりけりの言葉通り、昭和も遠くになりそうです。あの高度成長期が懐かしく思います。さて、先日の地区大会は寒い中ご参加いただき有難うございました。大会終了後、橿原神宮に参拝し大懇親会に向かいました。今年は紀元2675年になります、また4月3日は神武天皇の誕生日ですが、家内の誕生日でもあります。めでたいか否かはわかりませんが。今月は、母子健康月間です。昨今我が子を虐待したりする事件が多く報道されていますが、日本の将来を担ってくれる子供たちやお母さんを暖かく応援したいと思います。以上で会長の時間とします、有難うございました。



理事会報告

- 議題1. 5月のプログラムについて 承認
5月2日 休会 定款細則 8-1 GW
5月9日 社会福祉法人奈良万葉会理事長 すまいる保育園園長 宮谷 正子
「すべての子供に限りない未来を～発達支援の現場から～」
5月16日 平城京RC合同例会 ホテル日航奈良 ホスト:平城京RC
5月23日 米山奨学生 陳(チン・セイ)さん 自己紹介卓話
5月30日 第4回クラブアッセンブリー(17時～)、会員卓話 東山 光秀 「日の丸と君が代」
- 議題2. 4月のプログラムについて 承認
4月25日 第3回クラブフォーラム 「50周年記念式典並びに事業について」
- 議題3. 5/16平城京RC合同例会について 承認
ホスト:平城京RC 例会開催場所:ホテル日航奈良
例会開始:18:30 クラブより1人 ¥5,000円支出、会員より会費 ¥5,000徴収
4/18ホテル日航奈良にて平城京RC大井幹事と打合せ
- 議題4. 役職卓上プレート購入について 承認
会長、幹事、SAA、会長エレクト、副会長、卓話者の6つ
- 議題5. 6/13第3回家族親睦会について 承認
寿長生の郷(抹茶と和菓子)と琵琶湖博物館の見学から京都祇園 畑中での舞子さんと夕食
会費:会員 ¥15,000・会員家族 ¥10,000
- 議題6. 若狭RC訪問について 承認
- 議題7. 台中中区RC記念例会訪問について 承認
- 議題8. 入江 啓方様入会について 承認
- 議題9. 定款細則変更について 前回承認箇所確認 承認
- 議題10. 仮事務所への移転について 引越し作業 5/10(金)10:00～ 承認

幹事報告 (猪上幹事)

- ①例会変更情報は、表の座席表と共に
掲示しております。
また、ホームページの会員ページにも
掲載しておりますのでご覧下さい。
- ②次週、4/11は7時から霊山寺での早朝
例会となります。その後、飛鳥ゴルフ
クラブで内輪会が開催されますので
よろしくお願い致します。
- ③4/17は、鷗尾の会ゴルフコンペが開催
されます。参加者はスタート40分前
には奈良柳生ゴルフカントリークラブに
お越し下さい。
- ④中川ガバナーより地区大会出席のお礼
が届いております。
- ⑤奈良県から緑化募金のお願いが届いて
おります、募金をされる方は猪上迄ご連
絡お願い致します。

米山カウンセラー感謝状贈呈



米山奨学生カウンセラー 津山 初雄会員

会員誕生祝い



■4月生まれ■

木下 裕名誉会員	4月29日生まれ
山上 巖会員	4月5日生まれ
福川 益則会員	4月7日生まれ
林 秀彦会員	4月30日生まれ

皆様おめでとうございます

地区大会

2019年3月31日(日) 地区大会

本会議 ジョイテクトアリーナ奈良
大懇親会 THE KASHIHARA にて



ニコニコ報告

追山重法会長

家内に誕生日のお花ありがとうございました。地区大会お疲れ様でした。植野会員卓話たのしみです。

美並義博会員

春らしくなりましたね。

谷垣嘉輝会員、吉村信男会員、三木武彦会員、山上巖会員、榎木晋作会員

植野洋志先生の卓話たのしみです。

本日は素晴らしい天気、素晴らしい仲間とゴルフを楽しみました。皆様ありがとうございました。

おつかれ！！

津山初雄会員

家内のタンジョウお祝いにきれいな花を頂き有難うございました。ニコニコ

猪上正孝会員

地区大会おつかれ様でした。

小松玲子会員、松川信夫会員、内藤源美会員、金田宗寛会員、植野教夫会員、寺田信弘会員
植野洋志先生、本日の卓話楽しみにしています。

福川益則会員、渡邊巖会員、野阪幸男会員
植野先生、ビタミンの話 楽しみにしております。

ニコニコ

「ビタミンの歴史とビタミン・バイオフィクター協会の役割」

植野 洋志会員

ビタミンの歴史

江戸時代には「江戸わづらい」と呼ばれた脚気が流行してました。食生活が玄米から白米になったことによるのです。明治時代にも脚気は続き、軍隊で流行したのです。海軍の軍医大監だった高木兼寛(かねひろ)が脚気は水兵がかかり、士官は脚気にならないことから、食事に問題があると考えたのです。そこで、海軍は白米の摂取を控え、パンと肉を中心とした食事に切り替え、脚気患者は激減したのです。

しかし、陸軍は白米主義に徹し、日露戦争下では脚気による死者が戦死者の半数を超えたのです。この陸軍の白米推進の中心は、森林太郎(つまり森鷗外)陸軍軍医でした。海軍が陸軍のように白米主義を通していたら、日本は日露戦争でどうなったかわかりません。当時、脚気は夏に流行するなど



の流行性がみられ、東洋の風土病とも、伝染病とも考えられていました。東大医学部の緒方正規教授(まさのり)という方が脚気菌を発見したとあって脚気菌説をとえましたが、これはのちにブドウ球菌であることが分かりました。この緒方教授は北里柴三郎の恩師です。私たちの緒方先生の直接のご先祖ではなさそうです。海軍の高木兼寛は米食からパンと肉食に変えましたが、本人はタンパク質の供給が大切だと考えていました。この図が高木が見つけた改善食です。このお陰で、海軍の脚気患者数は激減しました。陸軍軍医の森林太郎は、高木の改善食を陸軍で採用すると、多量の肉と小麦が必要になり、すべて輸入しないといけない。それには多額の資金が必要であり、食糧を自給できないような国は亡びる、ということで、栄養評価を見直し、現代の栄養学の基礎となる概念を組み立て、推奨した兵食がこの図です。森の兵食が守られていれば、たぶん、ある程度改善できたのですが、海軍には料理人がいたのですが、陸軍の兵士は「飯ごう」を携帯し、ほぼ自炊だったのが大きな差ではないかと思えます。

大正の末に、島蘭順次郎が中心になり森らが発案してできた「臨時脚気病調査会」を「脚気病研究会」とし、脚気はビタミンB1欠乏であることが明らかになった。ところが当時の日中戦争の拡大による研究費削減で活動は中断された。ちょうど戦争が太平洋戦争になると、不思議と海軍において脚気が急増することになった。どうやら海軍への生鮮食料品の供給が途絶え、缶詰などのいわゆる貯蔵糧品が提供されていたためである。缶詰を作る過程で、ビタミンB1が破壊されることを海軍軍医は知らなかったようで、ビタミンB1欠乏症に陥ったことになる。昔の高木兼寛の「脚気はタンパク質で予防できる」ということを信じた結果である。

玄米から白米になったことで、ある種の化学成分が抜け落ちた結果、脚気になった訳です。この化合物は、1910年に東京帝国大学の農科大学教授の鈴木梅太郎によって米糠から取り出され、アベリ酸(のちにオリザニン)と名付けられました。そのあとビタミンB1(チアミン)となったのです。これはビタミンの最初の発見なのですが、発表論文は日本語だったので、翌年ポーランドのフンク博士が同じものを分離しビタミンと名付けてしまったのです。ビタミンの語源は、生命「vital」とアミン「amine」です。その後、1950年に京都大学の藤原元典(もとのり)がニンニク成分とビタミンB1の結合体であるアリチアミンを発見し、それは体内に入ると、ビタミンB1を供給することでいわゆる安定なビタミンB1の錠剤の開発につながることになるんです。これが「アリナミン」となります。これ以降、脚気は激減した訳です。ちなみに「脚気病調査会」は戦後、「ビタミンB1連合打合会」、最終的に、現在の「ビタミンB研究委員会」と名前を変えて活動し、すでに450回以上の会合が開かれています。

ちなみに脚気と同じように、大航海時代に流行した壊血病ですが、イギリス海軍ではライムジュースを飲んだことで予防できました。イギリスが世界を征服できたといわれているほどの出来事ですね。これは、ライムジュースが提供するビタミンCの効能につながります。ビタミンに関しては、油に溶けるビタミンと水に溶けるビタミンの区別がなされ、ビタミンA, B, C, K, Mなど多様なものが発見されてきました。

ビタミンの役割

ここでビタミンの役割について少しふれます。私たちがビタミンというのは、食品中に含まれている安定な状態のもので、体のなかにはいるとリン酸化などの代謝を受けて、活性型ビタミン、補酵素と呼んでいます。に変化します。活性型ビタミンはタンパク質でできていて、生体反応に直接関与する酵素の中に取り込まれています。酵素のなかで酵素の働きを助けるので、補酵素と呼ぶわけです。私が研究している酵素の一つは、神経伝達物質の合成、味覚、特に塩味の情報伝達に関与、上あご形成、唾液、目・耳・鼻・聴覚などの感覚組織での働き、などなど沢山の役割をもつことが知られています。ということは、酵素は生体内でたった一つの働き、この場合、化学反応をしているだけではないんです。まだまだ分からないことばかりで、たぶんすべてを理解するには、それこそ神の領域までいかないといけないんじゃないでしょうか。私たちの体の中では常に化学反応が起きています。そこからエネルギーが作られ、いろんな化学物質の合成もなされます。もちろん、ヒトが作れないものもあり、それらは外から食べ物として供給されますが、基本、化学反応です。その担い手は酵素なのです。すごい数の酵素が細胞の中で働いている訳ですが、すべての細胞が同時に同じことをしているわけではありません。その不思議を研究する必要があります。食べ物はエネルギーや栄養を供給するもの、足りないものはビタミン錠剤で補うもの、というのがこれまでの知識でした。でもそれだけではヒトという生命体のもつ何兆という細胞の一つ一つの独立した働きを説明はできません。たとえ一つの酵素を取り上げても、働く場所によっては異なる化学反応を行うことが分かってきました。無限の作業がそこにはあります。

ビタミン・バイオフィクター協会

「ビタミンB研究委員会」の研究活動を支えるためにできたのが「公益社団法人 ビタミン・バイオフィクター協会」です。海外ではマイクロソフトのビル・ゲイツと奥さんが設立した財団は、2000年には1.26億ドル(約130億円)でスタートし、現在ではウォーレン・バフェットの寄付3兆円を含めて天文学的な財源を有している。主としてポリオ撲滅を目指しており、ライオンズクラブへの多額の援助もなされている。そのような大きな組織ではないのですが「ビタミン・バイオフィクター協会」はビタミン関連の研究支援を行っています。私は昨年からは業務執行理事として、庶務関連の活動を担当しています。これまでは、ビタミンの摂取量、どのようにしてビタミンは生体に取り込まれ、その働きはどうなっているのだろうかという研究が主としてなされてきました。近年、ヒトゲノム解析が完了し、ヒトという個体をまるごと考えるという時代は過ぎつつあります。つまり、食べるときにカロリーを気にすると思います。トータルカロリーは体に取り込まれるときの場合の指標であるが、何億・何兆と存在する個々の細胞にどのように取り込まれるのか、また細胞内でのカロリー消費などは個々の細胞で異なっているはずで、同じようにビタミンに関しても、細胞レベルでの話になると、まだまだ分かっていません。残念ながら私たちはビタミンというものを発見し、その大まかな働きを定義し、教科書に引用された時点から、その研究は完成した、終わってしまった、と思いがちなんです。しかしビタミンは、生体内のほぼすべての反応に関与しており、目では見えないところで必要とされており、その存在そのものに大きな意味があるんですが、現在国を始め、いろんな財団ではビタミンよりもむしろiPS細胞などの華やかな部分に助成金が動いています。将来を担う新たなビタミン学の展開がiPSの分野でも必要なんですが、まだまだそれを訴えるほどの研究成果が出せない状態です。私たちは地道にビタミンとバイオフィクターの研究をサポートしており、皆さんにもご理解いただければ幸いです。なお、協会の主旨にご賛同いただければ、協会へのご入会、一口2,000円の賛助会費、そして寄附をご案内いたしております。先日は本クラブより5口の賛助会費を賜りましたことお礼申し上げます。



第35回（通算2360回）例会予告
例会日 平成31年4月25日（木）

第3回クラブフォーラム

※4月18日（木）は休会です