

国際ロータリー第2580地区
東京東村山ロータリークラブ

WEEKLY NEWS

Vol.57 第2734回例会

2024.3.14

今年度会長テーマ

よき事をしよう！地域で、世界で、人生で！！



卓話：内沼きのご農園 内沼秀夫様

プログラム

- ① 点鐘：中條会長
- ② 合唱：ソングリーダー：土田会員
我等の生業
- ③ お客様紹介：戸澤会長
- ④ 会長挨拶・会務報告：中條会長
- ⑤ 幹事報告：榎本幹事
- ⑥ 出席報告：川嶋会員
- ⑦ ニコニコボックス：益田会員
- ⑧ 委員長報告
- ⑨ 卓話
- ⑩ 謝辞・閉会点鐘：中條会長



- 会員数：30名
- 欠席：3名
- 免除者：1名
- 出席率：92.31%
- 出席者：23名
- 3週間前出席率
(修正後)：休会

例会日：毎週木曜日 12:30～13:30
例会場：八坂神社 社務所
〒189-0013 東京都東村山市栄町3-25-1

週報作成：クラブ管理委員長 平野 裕明
事務所：〒189-0013 東京都東村山市栄町3-5-1 ハイツむさしの101
URL：https://hm-rc.org/ h.murayama@eagle.ocn.ne.jp
facebook：https://www.facebook.com/HigashimurayamaRC/
TEL 042-393-7500 FAX 042-395-1166



会長：中條基成
副会長：鈴木龍雄
幹事：榎本弘容
副幹事：平野裕明

③お客様紹介

戸澤会員

■東京東久留米RC 中村伸治様



④会長挨拶・会務報告

中條会長

本日はホワイトデーです。

- ・3年間の目標と計画について
継続性を重視し、3年間の目標と計画の立案を推進する事を決定
2024-25年度を初年度とし3年間行ラ→2027年から2028年にかけて発表
- ・PETSにてジャパンロータリーポータルサイトの活用方法の紹介動画
- ・お礼状の受理 菅原裕典パストガバナーより山本会員宛

⑤幹事報告

榎本幹事

- ・2024-25年度青少年交換プログラム ホストファミリー募集とファミリーバンク登録のお願い
ホームステイの期間：2024年8月上旬～2025年7月中旬までの期間のうち2か月～3か月
 - ・カウンセラーオリエンテーションおよび米山奨学生期間始業式の案内 4/19(金)カウンセラー14:30 奨学生11:55@ホテルニューオータニ
 - ・卓話依頼 平野裕明会員
4/2(火)12:30～@東京東久留米RC例会場
 - ・東京福生RC 創立50周年記念事業の案内
4/29(月祝)13:30～@福生中央体育館
 - ・名護RC 創立50周年記念式典・祝賀会の案内
6/14(金)17:30@ホテルゆがふいんおきなわ
 - ・東京上野RC第38回奏楽堂コンサートの案内
4/26日(金)15:00@重要文化財 台東区旧東京音楽学校奏楽堂 コンサート無料 懇親会@上野東天紅7千円
 - ・日体桜華高等学校 令和6年度入学式の案内 4/11(木) 10:00@第一体育館
- [回覧]
ガバナー月信3月/希望の風便り/第22回RI台湾囲碁大会の案内/春の移動親睦例会

⑦ニコニコBOX

益田会員



- ◆中村伸治様(東京東久留米RC)：
過日合同例会で貴クラブに大変お世話になり、ありがとうございました。今後ともご指導よろしくお願い申し上げます。
- ◆中條会長・榎本幹事：まだまだ寒い日が続きます。体調管理にご留意ください。内沼きのご園代表内沼秀夫様、そして東京東久留米RC中村伸治様、ようこそ来会くださいました。内沼様の卓話、楽しみにしております。中村様、大いに交流していただければと思います。
- ◆當麻会員：中村様ようこそ。内沼様、本日の卓話よろしくお願いたします。
- ◆山本会員：内沼さん、シイタケの話たくさんしてください。よろしくお願いたします。
- ◆戸澤会員：中村さん久しぶりです。例会を楽しんでください。

合計：43,000円 累計：955,000円

■結婚祝い月：當麻会員・小町会員・大仁田会員



■パートナー誕生祝い月：大仁田会員・土田会員



■誕生祝い月：土田会員



⑧委員長報告

■大仁田歩こう会実行委員長

チラシ・ポスター配布。
参加者募集依頼。
行程表配布。

■平野クラブ管理委員会

春の親睦移動例会

■田中ゴルフ部部長

4/11親睦ゴルフ@西武園ゴルフ場



⑨卓話

■卓話者紹介：山本智治会員

～原木栽培きのこと自然～

■森林産業普及指導員 内山秀夫様

菌床栽培：おが屑、栄養剤、添加物 殺菌ー培養ー発生まで3か月 きのこの成分が添加物や栄養に左右される。
原木栽培：広葉樹のコナラやクヌギを使う15～18年物の原木 添加物無し 秋になって葉が落ちた木を伐採 90cmに切るその原木に穴をあけ きのこ菌を植え付ける。死物寄生菌なので細胞が生きると菌は回らない。菌が回り原木がホダ化されるとききのこを発生する。約2年かかる。今までに栽培したきのこヤナギマツタケ・ムキタケ・トンピマイタケ・マイタケ・ハタケシメジ・ヒラタケ・ナメコ・クリタケ・ヤマブシタケ・クロアリピタケ・ムラサキシメジ・靈芝。培養できるのは死物寄生菌であり、共生している物寄生菌は培養が出来ない。代表的なのは松茸である。松茸の菌糸は松に水分や養分の吸収を助け、代わりに松から炭水化物をもらい生きている。山が栄養豊かであると松は生えない。きのこの成分について…毎日2枚の耳を食べると体に良い。根に

は色々な成分が含まれている。きのこは食物を多く含みまた、ビタミンB・D・ミネラル 特にカリウムは塩分の過剰摂取を制御する。ビタミンDは骨粗しょう症の予防になる。エリタデニンは血中のコレステロールを下げる。柄にはハーグルカンが多く含まれ免疫力を高める。レンチナンは抗がん作用があり、きのこ類は優れた食品と言える。オーガニックの王様である。2011年の福島原発事故による権原木の供給が止まったことにより、椎茸原木が不足して、単価も毎年上がっている。福島県産原木生産量は毎年500万本を供給していた。また、原木椎茸はセシウムを吸収するとの風評被害も広まり、当園も例外ではなく来園者やきのこの購入者が減り減益をなり東電に対して訴訟問題に発展した。2020年 三者協定を結ぶ(青梅市・やまびこ・きのこ振興会) 青梅市内には広葉樹の山林もあり、昔の様な里山を作り、人と山との繋がりをつける事業の展開を始めた。15~18年くらいの広葉樹の原木はきのこの原木や薪としての利用価値があり、また、そのことにより広葉樹の萌芽更新や獣害被害を防ぐことに繋がった。青梅市ではこの様な事業で産出する原木を使った、きのこ講習会を毎年開催しているが、大好評である。原木のサイズについて…通常栽培生産者が扱う原木のサイズは長さが90cm、太さは末口 6~15cmの物が使われるが、太くても短くてもきのこ菌を植えておけばきのこは生えてくるものである。一般家庭ではサイズは気にしなくても良いと思う。ただし原木の種類と伐採時期と植菌時期が重要になる。原木の種類はナラ・クヌギ・シデ・クリ等が良いと思われるが(辺材腐朽菌芯が無い様な木が良い)、樹種によっては発生量が異なる。伐採時期は落葉する時期から新芽が出る前までである(養分をため込んでいる時期)。また、植菌時期は伐採した時から30~50日を目安とする(植物寄生菌)。椎茸菌について…品種が沢山あり形の良いもの(肉厚で丸みをおびの墓が切れていないもの)がベストとされているが、形ではなく安心安全はあたりまえ、味・香り・歯ごたえの良いものが良いと思う。生産者はとかく形や収を優先する。2017年産学提問をしてきのこの分析を依頼する。きのこの形状による成分の違いを分析、傘は広がった方が味・香が良いことが分かった。きのこの命の部分には三大旨味成分であるグアニル酸が多く含まれ、柄の部分には免疫力を高めるパーグルカンが多く含まれ、特に菌床栽培と原木培のきのこを比べるとその量は菌床栽培の2倍の差があった。自然と共生した農業を目指す…食料自給率と検疫率があまりにも低い、食料を他国に任せても今後大丈夫か? 国際的な紛争や気候変動の中、輸入食品の安定的な供給と安全性について疑問視する。だからこそ自給率を考える。途上国については企業化された食品工場が出来、利益追求の元、経済力のある先進国へ輸出して、国民は飢えに苦しむ状況が出来ている。消費者改革について(食育と自給率)…人間の体を作る食べ物だから大切、特にお子さんや若者たち、大切な食糧だからこそ費用も掛かる、本国でも経済力の差が増え安い食品を求める傾向にあるが、農業農村には多面的機能がありその理解は浅く消費者と生産者は安さ引き換えに失うものの大きさを忘れている。カーボンフットプリントやバーチャルウォーターを考える必要がある。

⑩謝辞・閉会点鐘：中條会長



皆様、歩こう会の、チラシ・ポスターの配布よろしくお願いたします。

ハッピーライフ支援プロジェクト

東村山「歩こう会」

5月18日(土)
@久米川駅北口
8:30集合
参加費:無料
たきびのお弁当のお土産付き

普段は入ることが出来ない
東村山浄水場見学!

野火止用水路沿い→八坂駅前府中街通橋→富士見町仲食しこども広場→野火止橋(けやき通り交差)→東和上市仲原公園→清水橋(交差川交差)→東村山浄水場(東京都水道局職員の方より施設見学→交差川→久米川駅北口広場13:00解散予定 1日1回 7:30)

申し込み方法 限定50人

STEP.1 主催ハガキにてクラブへ申し込み(領収書)
東京東村山ロータリークラブ
〒189-0013 東村山市栄町3-5-11(イブむさしの101)
TEL 042-393-7500

STEP.2 コース内は、東村山浄水場の見学があるため、参加者の顔写真付きの証明書(運転免許証・パスポート・マイナンバーカード等)をコピーし、事前に当クラブへ郵送し、許可が必要(AXIは顔が黒くなり判別難の為、不可。)3月末日必着

主催 東村山市
協賛 東村山浄水場、東村山交通会館、東村山消防少年団、日本体育大学附属中学校、五反野中学校、インターアクトクラブ
東京東村山ロータリークラブ
https://www.rotary.org/jp/club/1890013 03-3937-5000 1890013@rotary.org