

浦和北東ロータリークラブ会報

北 斗 星



2015～2016年度 R1テーマ

題字・落合 豊 特別代表 創立1987年5月26日 承認1987年6月26日 E-mail:urawa-ne@smile.ocn.ne.jp URL:http://www.urawa-northeast-rc.com/

第1374回例会 平成28年6月7日(火)発行(No.31号)

本日の例会

第1375回

2016年6月7日(火)

点 鐘 12:30

場 所 浦和ロイヤルパインズホテル例会場

ソング 「君が代」「奉仕の理想」

卓 話 「日本の会社に就職して」

2012学年度米山記念奨学生

崔 賢喆様

次回の例会

第1376回

2016年6月14日(火)

点 鐘 12:30

場 所 浦和ロイヤルパインズホテル 21F

ソング 「我等の生業」

卓 話 「心で使う右脳空手」

一筋力を使わずに相手を倒すー

東京大学名誉教授 大坪英臣様

地区テーマ

ロータリーを学ぼう、そして楽しもう

前回の例会

第1374回・2016年5月24日(火)

司会 鈴木寿和 会員

点 鐘 12:30 町田信行 会長

ソング 「それでこそロータリー」

ソングリーダー 鈴木義男 会員

会長挨拶 町田信行 会長

幹事報告 上野拓也 幹事

委員会報告 斉藤忠治 米山カウンセラー

ニコニコBOX クラブ運営管理委員会

金子 努 委員長

出席報告 クラブ運営管理委員会

岡崎 渉 委員

卓 話 会員卓話「食肉の話」

宇津野芳志男 会員

点 鐘 13:30 町田信行 会長

クラブテーマ 『奉仕を通じて 今の自分を高めよう』

会長挨拶 町田信行 会長



本日は、宇津野会員の会員卓話です。よろしくお願い致します。

5月も末になりまして、田植えも終わったところもあるようです。田んぼのカエルの声が段々にぎやかになってきました。社会情勢も、伊勢志摩サミット、来月の国政選挙とにぎやかになってまいります。

伊勢志摩サミットが開催される時は、我々はソウルの国際大会に行っております。

さて、5月12日に日本の演劇会をリードし、海外でも高い評価を得た舞台演出家の蜷川幸雄さんが亡くなりました。川口市生まれ、享年80歳。

自宅の表札を「蜷川天才」と記したそうです。俳優としてはダイコンと笑われ、演出家としては芽が出ない。失意と焦燥の日々を玄関の表札で励ましていたらしい。

女優、大地喜和子さんから「尊敬できなくなるから俳優をやめて下さい」と言われたのが、演出に専念するきっかけになったと。

先週、上野幹事より、井原ガバナーからのご案内がありました。さいたま芸術劇場を拠点に、蜷川さんが設立した高齢者劇団「さいたまゴールド・シアター」のメンバーは、「素人同然だった私たちを、プロの俳優と同様に扱ってくれた。蜷川さんのお陰で意義のある老後を過ごせた」と振り返りました。「バカヤロー、へたくそ」と蜷川さんのどなり声が弾丸のように飛んできたそうです。また、上田埼玉県知事は、定例記者会見で、さいたま芸術劇場に蜷川さんのコーナーを設置する意向を示しました。

今年12月の大群衆劇「1万人のゴールド・シアター2016」に、ぜひ、皆さんも参加してみたいかでしょうか。

先週は、次年度クラブ協議会が開催され、横田次年度会長のクラブテーマ「奉仕を通して楽しいロータリーライフを」が発表されました。また、6月7日には現年度・次年度合同理事会が開催されます。段々と次年度が近づいてきました。

皆様のおかげでここまでやってこれたと思っております。感謝申し上げます。次年度30周年に向けて、次年度横田会長を支え、盛り上げていただきたいと思っております。

あと少しとなりましたが、精一杯がんばります。

幹事報告 上野拓也 幹事



□本日の例会より、クールビズOKとします。ノーネクタイでかまいません。

□第8回最終会長幹事会のご案内が届いております。6月23日(木)、18:00開会、場所未定。町田会長、上野幹事出席。

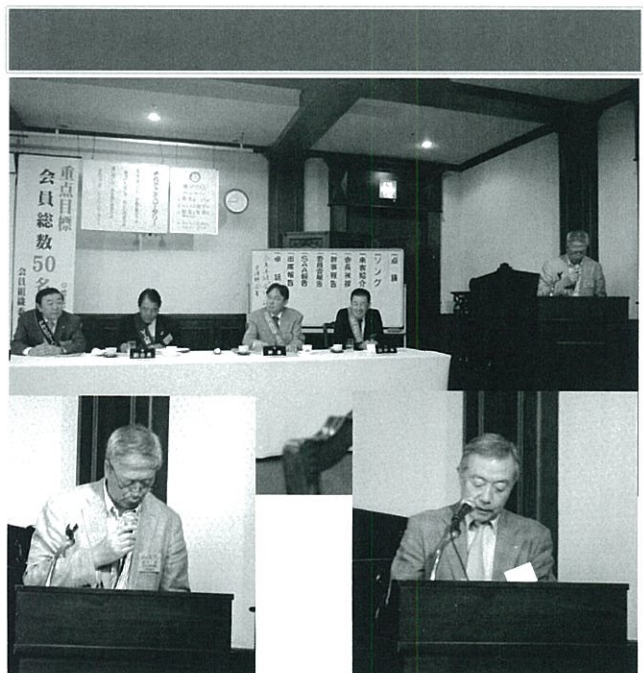
□次週5月31日(火)の例会は、定款休会になります。次回例会は、6月7日(火)になります。

委員会報告



斉藤忠治 米山カウンセラー

5月22日(日)、米山奨学会研修旅行で沼津の米山記念館に行っていました。奨学生32名が参加しました。当クラブの鳥日罕さんは、4才と2才のお子さんがいますが、家庭をもってから、さらに勉強をするという努力家です。今日は就活です。御殿場のアウトレットにも行き、バス2台、総勢73人で朝7時から夜8時まで一日がかりでしたが、有意義な研修旅行でした。



ニコニコBOX

町田信行会長 皆様こんにちは。宇津野会員、本日の卓話よろしくお願ひ致します。

横田元会長エレクト 皆様こんにちは。これから暑くなりますね。お体ご慈愛下さい。本日の卓話「食肉の話」宇津野会員よろしくお願ひ致します。

浅見定副会長 皆様こんにちは。宇津野芳志男会員、本日の卓話「食肉の話」よろしくお願ひ致します。

上野拓也幹事 本日の卓話「食肉の話」、宇津野芳志男会員よろしくお願ひ致します。いろいろな部位について知っておきたいですね!!

星野和央会員 宇津野会員、今日の卓話をうかがってどの位肉を好きになったらいいですか。毎日? 3日おき? 一週間に一度?

熊野義治会員 本日の宇津野会員の卓話、楽しみにしています。

金子努会員 友情の薄い会員が多くて、宇津野会員ごめんね。

篠原唯史会員 こんにちは!!

斉藤忠治会員 5月22日(日)、米山奨学会の親睦旅行で米山記念館と御殿場アウトレット等に、奨学生ウ・ヒハンさんと一緒に行ってまいりました。楽しい旅行でした。宇津野会員本日の卓話よろしくお願ひ致します。

國谷昭吾会員 大分暑くなり熱中症に気をつけるような季節となりました。又、7月の参議院議員の選挙のみならず、ダブル、又はトリプル選まで噂になって来ましたね。今日の卓話、会員の宇津野さん、大好きな肉の話よろしくお願ひします。

石井孝一会員 本日の卓話、宇津野会員宜しくお願ひ致します。

富樫孝会員 宇津野会員の卓話楽しみしております。宜しくお願ひ致します。

鈴木義男会員 本日の卓話「食肉の話」宇津野会員宜しくお願ひします。

吉田律子会員 今日は! 眞夏のように暑いですネ。七月頃が思いやられます。今日の卓話は、お肉の話。年齢を重ねる毎に肉は食べるものです、と言われていています。脳の活性化というのでしょうか。食していますので肥りました。でも美味なる事に間違いないので、これからも楽しくお肉をいただきます。

中川泰次郎会員 皆様今日は。暑いですね。暑い日は焼肉に限ります。本日の卓話よろしく。

宮坂秀樹会員 月末忙しいと思ったらそうでもなかったの、世界大会行けばよかった。肉はミスジが好きです。

岡崎涉会員 暑くなってきました。暑さ日本一がどこになるか、楽しみです。小生の勤務地、群馬県板倉町は館林市の隣り町、こちらが大変です。

繰越金1,267,000円 本日35,000円 計1,302,000円

次年度地区部門セミナーのご案内

■ 7月2日(土)

広報部門セミナー 点鐘13:30 終了16:30

越谷コミュニティセンター

会員増強維持部門セミナー 点鐘13:30 終了16:30

越谷コミュニティセンター

■ 7月16日(土)

ロータリー財団部門セミナー 点鐘13:30 終了17:30

春日部文化会館

■ 7月17日(日)

米山記念奨学部門セミナー 点鐘12:30 終了15:00

ラフレさいたま

学友部門セミナー 点鐘15:30 終了18:00

ラフレさいたま

■ 7月30日(土)

青少年奉仕部門セミナー 点鐘13:00 終了17:00

越谷コミュニティセンター

■ 8月6日(土)

奉仕プロジェクト部門セミナー 点鐘13:00 終了17:30

越谷コミュニティセンター

■ 8月7日(日)

管理運営部門セミナー 点鐘14:00 終了17:30

(懇親会有り)

清水園

出席報告

	例会日	総数	出席	欠席	M.U	出席免除	出席率
前	5/17	45	32	5	6	2	88.37%
今	5/24	45	26	11	6	2	74.42%

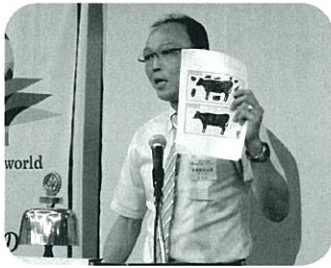


世界へのプレゼントになろう

例会日 毎週火曜日 12:30~13:30
 例会場 浦和ロイヤルパインズホテル
 TEL 048-827-1111
 事務局 さいたま市浦和区高砂2-4-3
 内田ビル3階 〒330-0063
 TEL 048-814-0450
 FAX 048-814-0460

会 長 町田 信行
 会長エレクト 横田 元
 副 会 長 浅見 定
 幹 事 上野 拓也
 S A A 熊野 義治
 副 幹 事 鈴木寿和・飯田晃生
 クラブ広報委員長 大熊 勝巳

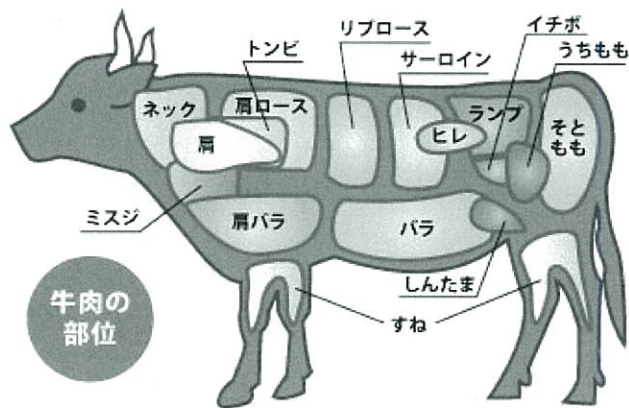
会員卓話



宇津野芳志男 会員
 (有) 八山
 代表取締役
 さいたま市緑区
 東浦和4-27-2

今日は、食肉のお話の機会をいただきましたので、皆様に正しい食肉、牛肉の知識をもってもらえればと思っております。

「食肉の話」卓話要旨



牛肉の部位

ネック：首にあるお肉
 特徴 脂肪分が少なく硬めですが、肉の味は濃厚でおいしくエキス分も豊富。ひき肉や煮込み料理に最適です。
 おすすめの料理方法 煮込み料理 シチュー スープ ひき肉

肩：腕の部位
 特徴 肩ロース覆うように位置しています。脂肪分が少なく硬めですが、肉の味は濃厚でエキス分やコラーゲン・うまみ成分が豊富に含まれています。
 おすすめの料理方法 煮込み料理 シチュー スープ

トンビ：肩から腕にかかる部位
 特徴 一頭から2kgしか取れない希少な部位です。肩の一部ですが、肉質はもも。味はさっぱりしていて甘く上品な味わいです。
 おすすめの料理方法 たたき ローストビーフ ビフカツ

ミスジ：1頭から2kgしかとれない希少部位
 特徴 木の葉のようなかわいい形と美しい霜降りので口の中でトロける感があります。
 おすすめの料理方法 すき焼き しゃぶしゃぶ 肉じゃが

肩ロース：最も大きな部位のひとつ
 特徴 脂肪が程良く霜降り状に分散していて、ロース特有の牛肉らしい厚みのあるうまさを味わえます。薄切りにして使うとさらにうまみが引き出せる
 おすすめの料理方法 すき焼き しゃぶしゃぶ 炒め物 焼き肉

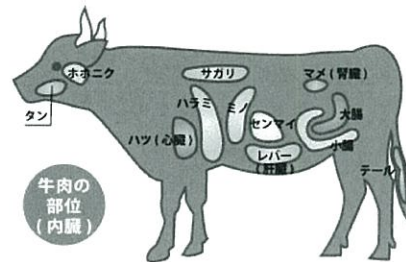
リブローズ：ロースの真ん中の最も暑い部分
 特徴 脂肪が多く霜降りになりやすく見栄えも良い。肉質はきめ細かくて柔らかく、風味もある優れた肉質です。
 おすすめの料理方法 ステーキ ローストビーフ すき焼きしゃぶしゃぶ

サーロイン：腰の上部の柔らかい肉
 特徴 ヒレについて柔らかく、きめが細かく脂の上質な旨みをともなった牛の最高部位のひとつです。ステーキとしてよく使われ、1センチ以上の厚切りにして焼くと肉汁が逃げません。
 おすすめの料理方法 ステーキ すき焼き しゃぶしゃぶ

ヒレ：サーロインの内側にある細長い部分
 特徴 最も柔らかい肉質できめが細かく脂肪・筋がほとんどありません。大きな牛でもわずかししか取れないので貴重な最高級肉です。
 おすすめの料理方法 ステーキ ローストビーフ カツレツ

バラ：繊維質や筋膜が多い
 特徴 肉質はきめが粗く硬めで赤身と脂肪が層になっており、濃厚な風味が味わえます。煮込み料理から焼き肉・すき焼きまで幅広く使用できます。
 おすすめの料理方法 煮込み料理 シチュー 焼き肉 すき焼き 牛丼

ランプ：サーロインに繋がる部位
 特徴 もも肉の特に柔らかい部分。とても柔らかく旨みがあり代表的なランプステーキの他、ローストビーフやたたきにも最適です。ほとんどの肉料理に利用できます。
 おすすめの料理方法 ステーキ ローストビーフ たたき



牛肉の部位(内臓)

□和牛
 黒毛和牛・褐毛和牛・日本短角種・無角和牛4種の交配。日本で種類を問わず飼育された牛。

□国産牛
 1. 3ヶ月以上日本で飼育された牛
 2. 飼育した期間が最も長い国が日本であること。
 例 オーストラリア生まれ(8ヶ月)、日本に生体輸入9ヶ月以上飼育されれば国産牛
 但し、日本に輸入する際に和牛であることを証明する手続きがとて難しく、実際は外国で飼育された和牛はほぼいない。今のところ「和牛」は日本で育てられていると考えてよい。

5月16日全国焼肉経営者協会での大学教授の講演
 50才を過ぎたら食肉習慣をつけましょう。食肉習慣のある人は、痴呆症の発症が5分の1位に減る。老化防止、ボケ防止になる。肉と魚は1:1くらいの割合で食べるのがよい。牛肉に含まれるアルギンがよい、血管が若返る、肉を食べると血管が丈夫になります。

土屋元埼玉県知事が週1回位、私の店「八山」におみえになっておりましたが、当時75才位だったと思いますが、ロース、レバー、カルビ、上ミノを一人で4人前食べていました。やはり元気でした。浜田卓次郎さんも一人で10人前位食べていました。店のお客様で最高齢の方は、96才の女性。月に2度位はおみえになります。肉を食べる方は若いですね。牛肉をたくさん食べて、若返りましょう。