NYA だより

Nagasaki Young generation Association

1984 9・10

通算56号

発行
社団法人
長崎青年協会
会長
太田　勝良
〒850
長崎市魚の町7―7
TEL (21) 1625

編集
広報委員会
委員長
濱口　康幸

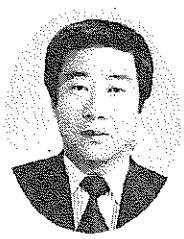
憲章

我々は会員の団結と相互扶助の精神の基に、自己の建設と会員の親睦を図り、もって地域社会の発展に寄与する事を目的とする。

〝みんなで盛り上げよう〟長崎くんち『くんち共和国』大盛況!!

◎盛り上ったくんち共和国

太田　会長



今年度の事業計画にもありました。「みんなで盛り上げよう長崎くんち」のテーマのもとに、56年度の「インド大魔術団」チャリティショーに続き、本年度第二回目として、「くんち共和国」と題したくんち広場を、開催いたしました。

開催に至る迄、年頭初より、事業委員会でどのような形で、くんちを側面から盛り上げるか、討論、計画を練りました。

まず、何かをするにも、早目に場所を確保しなくてはなりません。事業委員長も、公会堂市民会館、その他、場所をあたりましたが、催し物をするための会場が無いため、スタートから困難になりました。その中で屋根のない瓊の浦公園があいていたわけです。瓊の浦公園と云えば、年配者の方は御存知なのです。昔、お旅所があり、くんちも行われていたそうです。雨天の場合が気になりましたが、まず公園を、市から借りる事を決める事で、池本、鳥居先輩に、御尽力頂き、又、公園を管理されている、自治会の会長様にも、御理解頂き、お借りする事ができました。

六月より本格的に、事が進み、実行委員会も、その後、発足して何回も討論を重ね、計画を練り直し、会員皆様の団結をはかる為、全体研修、百パーセント例会、特別会議を行い、協会の事業として進んだ結果、当事業の成功を成し遂げたものと思われます。

10月7日のオープニングセレモニーの時、私、会員一同が、眼頭が熱くなり、その感動に、一時、酔いしれておりました。開国の日は、日曜日とあって、出店コーナーも、てんや、わんやの忙しさでした。私も、何人かの人達から、国王として記念写真を申し込まれました。（ピエロの団員と間違った人もいたという話も聞きましたけど……？）

開国して、二日間が終り、最後の後片づけを終了し、皆様と、サウナ風呂で汗を流し、共和国の成功を記念して乾杯をした時、私の今年度のスローガンであります「和と行動」が今度の事業で、「行動」あって、又「和」が生まれると、協会活動に燃えるものを感じました。

会員の皆様、「くんち共和国」の準備段階から、チケットの販売又設営、運営、後片ずけまで、本当に御指導、御協力、ありがとうございました。

最後になりましたけど、卒業なされた、諸先輩方、後援を頂いた、長崎県、長崎市、協賛団体、又、私達の趣旨を、御理解頂き、「くんち共和国」に出演いただいた踊り町の皆様、御協力、本当にありがとうございました。

◎「くんち共和国」を終えて

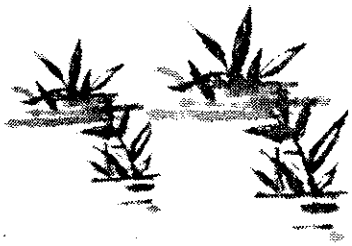
実行委員長　大石　嶽

心配していた天気も絶好のくんち日和りに恵まれ、予定通り実行出来ました事は、会員各位の熱意とOBの皆様そして各関係者の方々の御協力があったからだと私実行委員長として心より感謝申し上げます。又、振り返りますと四月の企画の段階から、様々なプランが出てはいたものの意見がまとまらず、会員の皆様に大変御迷惑をかけました事に深くお詫び致します。

ただ私の考えとして将来後輩諸君が当協会の事業を行なうに当り、何か役立つ参考書になれば幸いと努力致した次第です。

そしてテーマである、〝みんなで盛り上げよう長崎くんち〟事業をより良く築いて欲しいと願っております。

最後になりますけど会員各位の仕事を犠牲にしての努力に対して重ね〳〵厚く御礼申し上げます。



九月定時例会

記

日時　9月21日　PM6時30分
場所　ニュー長崎ホテル

⊙太田会長挨拶

皆様今晩は、日の落ちるのも大変早くなり暑い夏からすごしやすい秋となり、くんちのシャギリももうそこまで来ている様な今日近頃でございます。

先日からアフリカにおける飢饉の問題、又日本国内においては長野県地震に一昨年前の7・23長崎大水害とのかかわり合いもあり、何らかの方法で我々としてもお役に立つ事を考える必要があります。

当協会の統一事業であります「みんなでもりあげよう長崎くんち」おくんち共和国迄あと十一日ございます。

委細につきましては実行委員長の大石君より発表して頂きますが、残された十一日間皆様方には大変御苦労なさっていると思いますが、全員協力し全力投球でこの事業を成功させて協会がますます大きくなる様頑張って頂きたい。

本日は大変御多忙の中プラザ会館の牟田社長に御来場頂き「食生活と健康」と云うテーマで御講演頂きたいと思います。よろしくお願い致します。

⊙講演　食生活と健康

㈱プラザ会館
社長**牟田九州彦氏**

只今御紹介頂きました牟田でございます。

本日は「食生活と健康」についてお話し致します。

九月になりました、風邪がはやって来ます。風邪をひいたら果物をひかえて下さい。リンゴは可、その他の果物を食べると風邪のなおりが遅くなります。

果物は生野菜と考えて下さい。生野菜は水分が多く身体が冷え不健康であります。風邪を治す為には身の暖まるものを飲むこと。黒糖は良い。お酒では焼酒が比較的に良い。

一、お薬と食べもの

元来薬と食べ物は同じ性質のものです。自然物の中から長い人間の歴史の体験と知恵によって薬が生み出されました。正しい食事によって健康が保たれます。薬は病気の場合だけ最小限に用いることです。

二青野菜は食物の原点

青野菜が少ないと体液が酸性となり、成人病との他の病気を起し、生命を縮めてしまいます。葉緑素をたくさん食べること。又野菜は生で食べないで煮すぎない程度に料理し、薄味で食べた方が良い。

三、カルシュムとアルカリ食

㈠カルシュムは骨髄から出る＝海草類、小魚を食べること。

㈡血液も骨髄で出来る＝緑色の野菜を食べること。

〃毎日カルシュムと緑の野菜を食べること〃

肉食より魚が良い、年令によって食事を考える、食事で健康を保って下さい。

四、五味について

食物の味の種類は酸苦、甘、辛、渋の五種類があります。

五、五性について

寒、熱、温、涼、平の五種があります。柿を食べれば身体が冷えると云われます。柿に限らず果物は一般に身体が冷えるので食べすぎに注意。

六、塩と香辛料

適度な塩と適度の香辛料は人間の食生活には絶対にかかせません。しかし体の状態や病気の種類によっては塩分を減らしたり香辛料を止めたりします。

七、体質の改善

皮膚の粘膜の細胞は三ケ月に一度新陳代謝し、細胞は次々と亡び又生まれて来ます。良質の細胞を作るには約六十種の栄養を必要とします。この必要な栄養素を補給してやることが大切です。

八健康食品三種の神器

次の栄養素はハチミツ、胡麻、ハトムギの三品を健康食品「三種の神器」と名付けている。

九、ハトムギ

原産は東南アジア、蛋白質、脂肪、含水炭素、各種ビタミン、ミネラル、酵素類を含有、脂肪の中からは二種の制ガン物質が発見されている。イボの治療にも使用されている。

十、ハチミツ

一万年前から食べられており、糖分、可溶性、ビタミン、酵素を含有、老化防止、造血作用、虫歯予防、高血圧、便秘下痢、皮膚炎の回復等、重要な働きがある。糖分はインシュリンを必要としないので糖尿病の方にも安心して召し上って頂けます。

十一、赤ちゃんとハチミツ

赤ちゃんの便秘にはハチミツが一番、腸の中の乳酸菌を増殖させることのできるのは母乳とハチミツです。赤ちゃんの体重増加、栄養に最適です。

十二、ゴマについて

蛋白質、脂肪、灰分、ミネラル類等を含有、コレステロールを除去し老化防止、脳、心臓、肝臓、高血圧、動脈硬化にすぐれた効き目があります。

十三、ゴマハネー

ゴマとハチミツと混ぜ合わせたもの、不老長寿の秘薬、

十四、梅と酢

梅は天然クエン酸を含有、細胞を若返らせ血管の硬化を防ぎ、疲労回復、この外下痢、便秘、胃腸、肝臓、神経痛によく効く。

酢は肝臓、胆のう、目筋膜に良いとされている。最高の酢は玄米酢です。

☆まかせて安心！
24時間サービス☆
住友海上火災保険㈱
宝蔵寺保険サービス
昼五島町1-20住友海上内
TEL26－3216
琴海町西海郷1753-94
会員名　宝蔵寺　利夫

石碑・墓地工事・石材彫刻
のなか石材
長崎市麹屋町5-25
（寺町通り・三宝寺前）
会員名　埜中　孝
TEL　24－6571

⊙車のことならまかせてください。
車検・修理・販売
南部自動車工業有限会社
長崎市宝町4-12
TEL45－1171
会員名　南部　英成

海産物・食料品・佃煮・卸問屋・一番とうふ・田舎蒟蒻・製造元
松本屋
長崎市田中町長崎卸団地
TEL㊲－8055

カステラ・ワッフル
稲垣屋
浜町店24－2277
観光通り店24－1369
浦上店45－9646
道ノ尾店56－8432
滑石店56－9500
〒850 長崎市万屋町13-1
TEL㉔－1313
会員名　小松　清彦

十五、生野菜と果物
湿度の高い日本では加熱して水分を減らしてから食べる方が良い。

十六、健康はバランスにあり
今までのことを要約しますとバランスのとれた食事、気候、風土、体質に合った食事が大切です。

まとめ
日常の食生活につとめて健康食品三種の神器をとり入れること。身体の中に滞った余分な水分は水毒をおこし、色々な病気のもとになるので水分をひかえめにすること。

⊙質疑応答

会員開発 白浜政文君
塩化ナトリウムと塩化マグネシュウムの関係について

講師
人間の血液が酸性になるとどろどろになり血管がつまる。アルカリ性だとサラサラと流れる血液を中和するものが塩化ナトリュウムと塩化マグネシュウムである。いずれか一方の生産は工業用であり人間の食べるものではない。

飯島良明君
高タンパクをとれと云う肝臓病と、低カロリーにしろ云われる糖尿病と両方の病気の場合はどういう食事をとれば良いか。

講師
普通の食事、タンパク質は食後はアミノ酸となる必須アミノ酸をとる。例ハチミツをとる、ハトムギ茶を飲む、ためるとすぐ治ります。

総務担当副会長 吉野信義君
以前風邪薬を先生に頂き服用後まもなく治った経験がありますが風邪を治す秘訣は？

講師
風邪は皮膚から入る。例えばクシヤミ、セキ風邪の薬と下痢の薬と同時に飲む、身体を温

太田会長
一日二食朝食をとらないと健康をそこなうと云われていますが。

講師
二食でも良い。ただしどういう状態の時が健康かと申しますと、サイカタンレンにカガ入った人を云う。
へその下を押すとタンカがあるかどうかです。

例会委員長 松尾豊明君
子供に寿司のわさびはどうですか？

講師
別にかまいませんが、食べにくければ酢でころして下さい。
焼肉を食べる時もカボス玄米酢、ゴマたれを作って食べる。
焼魚、焼あじを一番おいしく食べる方法は、酒しおです。酒しおは日本酒を正油を2：1か半々に混ぜる。そしてうす塩で焼いた魚につけて食べるとってもおいしいですよ。

⊙理事会報告
吉野副会長
一、9月上旬JCの経営セミナーに出席した。今後相互協力して行く。
二、九月　日
海上自衛艦「白瀬」艦上懇親会に出席
三、第七回わたぼうしコンサート後援了承しました。
四、9月1日2日全体研修会出席23名
8月26日家族懇親会33名、会員の参加意識が乏しい。一日一回は青年協会のことを考えて欲しい。
猛省を促す。

⊙委員会報告
○事業委員会
鳥井委員長
9月1日2日全体研修会約35名の出席で無事終りました。
○福祉教育委員会
佐藤委員長
7月29日チャリティバザー実施、その資金のもとに9月17日長崎市長と共に老人ホームにカラーテレビ7台寄贈しました。

太田会長より本島市長へテレビ贈呈

○会員開発委員会
白浜委員長
退会者
尾崎政徳君
高取博道君
松浦孝一君
休会者
久保龍虎君
復帰者
飯島良明君
一年間色々と御迷惑をおかけ致しました。反省として判断に時間をかけてはいけない。若者らしく行動しなければならない。
○会員交流委員会
田川副委員長
9月21日懇親会
ラスト20セント
○例会委員会
松尾委員長
例会全員出席のこと
江村大洋君
8/9 父死去没年76才
葬儀の御礼と共に今後共御支援願います。
○総務委員会
森山委員長
7/21 熊沢君長男誕生
大士君

⊙誕生者祝
竹中悟君、川添五郎君、南部英成君、宮崎博幸君、江村大洋君、松尾豊明君、

⊙勝本直前会長挨拶
今回の事業は今後の青年協会をうらなうかけと考えます。
48年度にも敬老演劇会の実績があり、57年インド魔術団、又市内の清掃活動も成功に終っている。
強いリーダーシップで事業を成功させて来た。強い責任を先輩達に負けない様頑張って頂きたい。
青年協会が地域社会に何を与えることができるか、自分の役割分担をよく認識し責任をもって頂き「くんち共和国」をぜひ成功させて頂きたい。

新築・増改築・設計施工
昭和住宅
田上バス停前
TEL(23)－8777
会員名 三浦清博

大正海上火災保険㈱代理店
岩見町 213－13
TEL(62)－1040
会員名 金子寿英

クレサンベール藤岡
●車検●保険
㈱藤岡石油店
浦上給油所
TEL(44)－7138
会員名 鳥井正臣

手作りの店
ピエロ
手作り人形、エプロン、革製品
なめし18銀行ななめ前
TEL(57)－6471
会員名 佐藤哲康

㈲白浜商会
弁天町1－2
TEL(61)－2828
会員名 白浜政文

全体セミナー行なわる

広報委員会某記者

去る九月一日夕方から一泊二日の日程で、会員開発委員会主催の全体研修会が、野母崎の「田の子」で行なわれました。その時のもようを報告致します。

九月一日、晴れ、時間十六時十五分、記者はひたすら安全運転に心掛けながら集合場所の市民会館を目指し、フルスピードでバイク（50cc）を走らせていた。定刻の十六時三〇分を二分程オーバーして到着、「なんとか間に合った」そう思って内心「ホッ」としたが、なんと集合メンバーを見ると未だ主催者達数人だけ。「やはり皆、忙がしいんだなあ」と痛感する。その後およそ三〇分少々過ぎただろうか、ついに十人前後の人員を乗せた大型バスは一路、田の子を目指しむなしくも出発しなければならなかった。発車後、ビールがふる舞われ、なごやかな雰囲気のうちに目的地に到着したのは、八時三〇分だった。その日の夕食の、なんと豪華なことか、そのまま宴会が始まってもおかしくない料理に「もう研修は中止にして宴会ばすうか」という声があったくらいだ、それでも車中でビールを飲んでいた連中はもう上気分。そのうえ食事前のビールが拍車をかけて、初めて経験する研修会のゆくえがあやぶまれた程であった。しかし、いざ研修が始まり、会長の挨拶が行なわれると流石に心得たもので別人の様に、真地目になってしまう。まして駕いた事に、到着時の4～5倍のメンバーに参加者が増えているではないか。研修は椎木氏の司会により先づ太田会長の挨拶から始まる……

「皆さん今晩は、お忙がしいところ全体研修会に出席いただき、ありがとうございます。又先月のチャリティバザーにつきましても会員皆様の多数の参加をいただきうれしく思います。今回につきましても八月二十六日の家族懇裁会に引き続いての会と、忙がしい中に於いての参加ということで、今日の研修を有意義なものにしたいと思います。今日は先程も云いましたけれども、人員も当初より一寸少ない様ですけれども、出席した人間が得をする事でありまして、欠席者はその分勉強をやらないとという事で、その辺は自主的問題でありまして、決して強制ではありませんので、ここに出席した皆さんは開発委員長がより良い企画をしておりますので、充分に知識を深めて、又研修後はキャンプファイヤーと云いますか、そういった楽しく、和気相々としたひと時を過したいと思います。」

会長の挨拶が終り、いよいよ研修の始まりである。先づABCDEと五つのグループに別れ各々にテーマが与えられる、それをKJ法でまとめ、発表してもらう。ABが「長崎青年協会が発展するためにはどうすればよいか」CDEが「現在の長崎青年協会として、これから、より意識の向上を計るためにはどうすればよいか。」というテーマである。

ここで皆さんは御存知と思うが、このKJ法について御説明しよう。先づグループの中から議長と書記を選出する。それから与えられたテーマについて意見を出してもらう訳だが、書記はその意見を小さな紙に一つ一つメモしていく、その時大事な事は決して発言者の意見について議論してはいけない。あくまでも、ただひたすらにメモしていく。意見がだいたい出尽くしたら次に第二段階として、そのメモを見て類似している意見を分別していく、そしてその分類毎にタイトルをつけて最終的に、その問題的に対しての解決策を投議し、まとまったものを発表者を決めて全員の前で発表する。写真は、その発表の時の様子である。内容的には、やはり会員の各例会或いは事業への出席率が一番問題視され、出席なくして意識の向上は有り得ない……等という様な意見が出るなど、各発表内容についての質問、対策についての激論が炎々約三時間にわたりなされ、太田会長、勝本直前会長、吉野副会長の締めで終止符をうった。

投論会後、いよいよキャンプファイヤーである。松明とビールを各自、小脇にかかえて田の子の浜に降りる。時計の針は十時半を回っているため、もう辺りは真暗、いったい晴れているのか曇っているのかもわからないま打ち寄せる波の音だけが、やけに騒々しい波打ち際に材木を積み上げ点火。「ああ疲れた。」喉がかわいた」。各々のコップにビールがつがれ太田会長の音頭で「カンパイ！」さあ飲むぞ！と思ったとたんに、なんと誰の日頃の行ないのせいか、誰がいったい雨男なのか、いきなりあの忘れもしない7・23の水害の時に匹適する様なものすごい雨。責任感の強い四人を残し全員退散。宿に着いて、風呂に入った後、会場を室内に移転して飲みなおしとなった。その中でいろんなテーマが出され、それについての投論がなされていた様だ。記者は昼間の釣りの疲れで不覚にも睡魔におそわれダウン。翌朝現地解散となる。こうして「和と団結」をテーマとした、全体研修は幕を閉じた。

● ダイハツディーゼル㈱
九州・関門地区総代理店
長崎マリンサービス㈱
旭町4番17号
TEL(62)－8866
会員名　徳本知弘

オフィス家具・インテリア製品
OA機器
富士ビジネスセンター株式会社
梁川町7番25号
TEL(62)－1780
会員名　馬場正勝

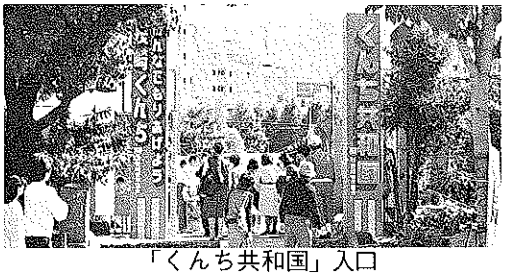
大協石油㈱特約店
西部石油株式会社
新地町5番15号
TEL(21)－5411
会員名　江村大洋

電化で結ぶ信頼の輪
三菱電機ストア・ソニー特約店
ナショナル・日立・他
電化ショップ　松電
時津町浜田郷 696
TEL 09588(2)0266
会員名　松本義輝

中華菜館
福壽
長崎／新地町
TEL(21)－3032
会員名　黄　醒博

『くんち共和国』スポットコーナー特集

初日開国行進（国王・法務大臣）


「くんち共和国」入口

バトンの熱演

国王開国宣言

（フォークバンド演奏）

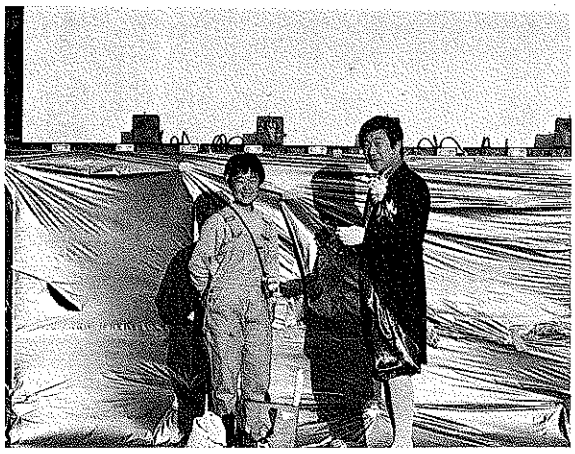
竹本孝之のステージ

ぬいぐるみバンドZOO

東京海上	長崎宝屋	不動技研工業(株)	百武製麺所	太田酒店
自動車・火災 その他損害保険	花火・玩具・プラモデル 三・五月人形	総合設計産業 一級建築士事務所	各種麺類製造販売	和洋酒・瓶・缶詰
TEL(23)－7151	長崎市江戸町4－8 ☎ (0958) (22)－4890	水の浦町78 TEL(61)－7940	籠町5番15号 TEL(23)－2693	鍛冶屋町6番3号 TEL(23)－3433・(22)－3403
会員名 小川一朗	会員名 高橋誠勇	会員名 吉野信義	会員名 勝本博文	会員名 太田勝良

ＫＴＮテレビ中継

おおうけのちびっこ大声大会

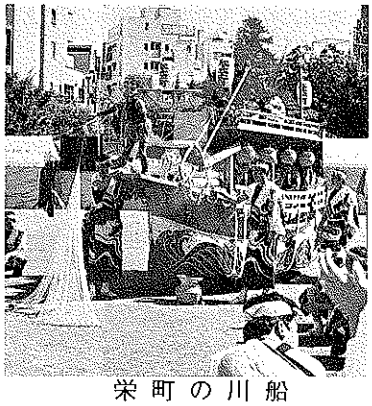

竹本孝之ファンクラブ佐世保のＳ子さん１番のり

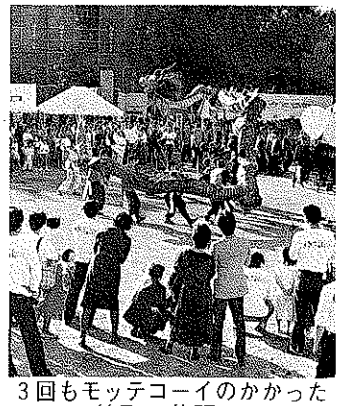
ＮＢＣスキッピー号の取材

国会議員さん（金子君）陣中見舞

ＯＢ（三浦先輩）もかけつけてくれました

桶屋町オランダ万才


栄町の川船


３回もモッテコーイのかかった
篭町の龍踊り

システムキッチン・収納家具 サウナ・暖房・店舗デザイン カーテン・クロス・ジュータン 新しいライフスタイルの提案 株式会社 **アルス** 松山町３－77 ＴＥＬ(45)－７１７８ 会員名　松尾豊明	和洋酒・食料品 **森山酒店** 築町３番８号 ＴＥＬ(22)－4772・(22)－0892 会員名　森山　茂	華燭の殿堂 中国料理 **京華園** 新地町９番７号 ＴＥＬ(21)－１５０７ 会員名　劉　済才	喫茶・スナック **ロッキー** 大黒町８－５ ＴＥＬ(23)－９７０１ 会員名　中尾英徳	**㈱園池商店** （女神事業所） 戸町３－679 ＴＥＬ(78)－５３１４ 会員名　川添吾郎

盛り上った松本伊代のステージ

道　化　師

最終日の出店大盛況

中年親衛隊も出て、伊代ちゃんコール

松本伊代へ花たば贈呈（国王より）

話題のコーナー

地震

このところ日本各地で地震が相次いで、国民を不安におとしいれている。最近の地震を拾ってみると、日本海中部地震、伊豆沖群発地震、ついぞこの前の長野県西部地震、関東房総沖地震、県内に至っては、雲仙群発地震そして、これに呼応する様に、火山活動も活発化し、目に焼けつく様な赤いマグマを噴出した、あの三宅島の火山爆発、九州の阿蘇山も何となく異様な状態を示すようになってきているとか。いったいこのところどうなっているのか、自然の猛威とは計り知れないものである。新聞によればこのところの地震は、予期される東海大地震とは今のところ結びつかないとか、それにしても住民にとってみれば不安材料はいっぱいである。

ところで地震の被害を大きくするものに火災と津波がある先の長野県西部地震では土石流ではあったが、古くは大正12年の関東大震災のときの東京では火災が死者総数被害等を大きくした。そして新しくは、日本海中部地震での津波が被害を一層大きくしたのである。しかるにこの事を充分に考えて地震発生後に対処する事が被害を最少限度にくい止める為にも肝腎である。

これらの地震に対してのもう一つの対策としては、地震予知がある、この予知が100％可能であればこれ以上のものはない、しかしながら現在のところその決め手はなく、誓報をだすにしても、住民を混乱に渦巻く事も考えるとなかなかその判断は困難を極めるそうなれば、地震雲とか、地下水の異常動物の観察等の自然

次頁へ続く

各種帽子販売
田代帽子店
長崎市銅座町（銀鍋隣り）
☎長崎(0958)22－0816
会員名　田代博昭

スナック　景
長崎市銅座町９－８
☎(21)－９８８３
会員名　江島寿明

あなたの町のソニーです
SONYホームストア
北高電機(株)
長崎市大橋町６－15
ＴＥＬ(44)－１５８３
（岩屋橋電停そば）
ナショナル・日立・東芝
三洋・他取扱店
会員名　栗原耕一

FUJI VHS β
富士マグネ長崎販売
城栄町百本ビル
(有)松善商会内ＴＥＬ(48)－2180
会員名　松田哲夫

有限会社 丸野組運輸部
長崎市平間町921-8
☎（0958）39－２１３１
出張所 長崎市梁川町1-5
☎（0958）61－２６２０
会員名　野上林八郎

現象に頼るのも、人々の予知の方法となるのかもしれない。

地震列島と評される日本、映画を地でいく様な事にならない様に心から祈るばかりである。

お知らせ

◎担当委員会より

○総務委員会

来たる11月21日(水)臨時総会が、行われます。全員出席を期待いたします。

○例会委員会

現在の例会会場、ニュー長崎ホテルの解体のため、今年中にて、例会会場がかわります新会場の検討中です。

○財務委員会

会費及び広告代金の未納の方は、完納をお願いします。

○事業委員会

11月3日(土)に行なわれました、文化財大清掃は、終了いたしましたが、最底30名の参加と予定していましたが、参加者25名でした。もう少し、会員各位の協力を願います。当日参加されました。方々は、おつかれ様でした。

○福祉教育委員会

例年行われております、もちつき大会は、12月9日第2日曜日に行う予定ですので、全員の参加を期待いたします。

○会員交流委員会

11月3日のソフトボール大会のご協力ありがとうございました。又今年の忘年会は、12月9日(日)に決定を致しました。

◎選挙管理委員会より

来年度の会長選挙を、来たる、11月21日の総会にて、会員の投票にて、決定を致します。長崎青年協会の代表を決める、大事な選挙ですので、全員出席し、投票をしましょう。

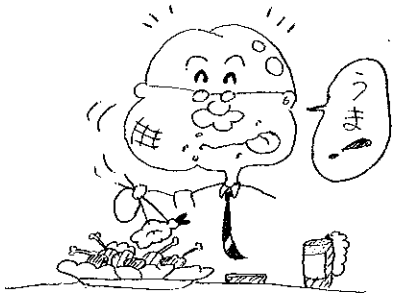
◎ゴルフ同好会より

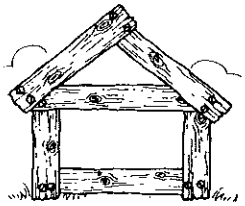
忘年ゴルフを、12月2日(日)、喜々津CCにて開催予定です。決定次第、連絡を致しますので、多数の参加を、お願い致します。

YOUR ベストライフ

日本食を見直そう

十年前までロサンゼルス、ニューヨークをはじめアメリカにある日本食のレストランのお客はふるさとの味を欲しがる日本人だった。ところが今や、どの店でも青い目のヤンキーたちが上手に箸を使って、刺身、天ぷら、寿司といったおなじみの日本食に舌鼓を打っている。又全米各地のちよっとした都市のスーパーには、醤油・味噌トーフといった日本食の必需品が並べられており、本屋では「手作りの日本食」といった本がよく売れているという。なぜ、彼等はこれ程まで「日本食を好むのだろう。合理主義の彼らが、味、おいしさだけでとびつくはずがない。一九七七年、アメリカでの国民栄養問題特別委員会員のマクガバレンレポートによると、アメリカ人自身が「我々の食事は間違いだった」とし、ガン、肥満、その他の慢性病が多いのは食事に原因があるとして、「肉を大幅に減らせ。砂糖を減らせ、加工食品はやめろ。もっと穀物をとるべきである。そしてもっと青野菜をとりなさい」と警告している。なるほど、米・魚野菜中心の和食が、この条件にぴったりである。たんぱく質を例にとっても、アメリカ七〇%、日本四八%と動物性たんぱく質の摂取量が少ない。動物性たんぱく質に含まれる必須アミノ酸は幼児の成長には欠かせないが、成長期を過ぎると、肉の中に含まれている飽和脂肪酸やコレステロールが、肥満をまねき血液コレステロールを増やし、動脈硬化を引き起こす。こんなところで一躍「日本食」が脚光を浴びたわけだ。





割烹 魚へ揚
飽の浦バス停前
TEL(61)－9840
会員名　久保征幸

味で勝負
黒瀬蒲鉾店
千円以上配達致します
賑町3－8
TEL(22)－8643
会員名　黒瀬勝幸

明日の環境づくり
有限会社
海野清掃産業
TEL(26)－4745
会員名　海野博

(有)松浦印刷
八幡町6番21号
TEL(23)－2575
会員名　松浦文寛

松下電工代理店
(株)富士商会
五島町5－22
TEL(24)－3741
会員名　木藤俊郎

真珠・魚類養殖業
タイ・ハマチ・ヒラメ・フグ
有限会社西村真珠養殖場
長崎事務所　大黒町14番5号
TEL　22－3231(代)　〒850
会員名　西村真一

(株)マネージメントパートナー
桜町5－3
大同生命第2ビル内
TEL(24)－4377
会員名　宮崎博幸

井川硝子店
今博多町39番地
TEL(25)－2523
会員名　井川憲太郎

花市 FLOWER SHOP
上小島4丁目9－2
TEL(27)－1843
会員名　田川孝之

宝石・メガネ・時計
松尾宝飾店
千歳町3番6号
TEL(44)－2047
会員名　松尾浩

引出物・贈答品・記念品
Kumazawa
TEL(0958)22－3555
会員名　熊沢悟

全国宝石学協会会員
ジュエリー彩
伊勢町3番10号
TEL(23)－1953
会員名　大石巌

電話・放送・テレビ共聴・設計施工
大通株式会社
浜平町518番地
TEL(28)－1855
会員名　濱口康幸