



2016-2017 年度 第 1725 回例会 宇都宮南ロータリークラブ会報

会長：安齋誠一 幹事：関口 隆 広報委員会リーダー：酒澤伸二

例会場及び例会日：ホテルニューイタヤ ≪水曜 12：30≫

事務所：宇都宮市大通り 2-4-6 ホテルニューイタヤ内

TEL:028-635-5511 (ホテルニューイタヤ)

5 月 第 3 例会

2017 年 5 月 24 日(水)



会員数 52 名 出席 32 名

司 会

川又 俊治 S. A. A

- ロータリーソング「それでこそロータリー」

ビジター紹介

長谷川 博夫 親睦・家族副委員長

§ 竹田真臣 様・野村義久 様(宇都宮陽東 RC)

§ 千葉公次 様(チバコーヒー・卓話者)

会長挨拶

安齋 誠一 会長

皆さんこんにちは。

陽東ロータリークラブの竹田様、野村様ようこそおいでくださいました。そして本日の卓話者であります千葉様、よろしくお願い致します。

互理ロータリークラブとの友好クラブ締結書が額に入れて完成致しました。会場入り口に飾ってありますのでご覧になってください。

飯村パストガバナーより、ガバナー選出のお願いがございました。討議の結果、ガバナー選出委員会を設立致します。詳細は後日お知らせ致します。

宇都宮陽東ロータリークラブ キャラバン

竹田真臣様

創立 25 周年記念式典 記念講演のお知らせ

2017 年 6 月 15 日(木)18：30 より、宇都宮グランドホテルに於いて記念講演を開催致します。多くの会員の皆様のご参加をよろしくお願い致します。

幹事報告

関口 隆 幹事

§ 6 月 14 日の例会は 17～18 日親睦旅行会の振替休会となります。

§ 6 月 7・21 日の例会は、委員会活動実績報告ですので各委員長及び副委員長の皆様よろしくお願い致します。尚、発表当日、委員長が欠席の場合は必ず代理を選出してください。

§ 現在 3 つの出欠確認が出ていますので、必ずお返事をお願い致します。

次年度幹事報告 藤島 拓 次年度幹事

§ 本日例会終了後、第3回次年度理事会を行いますので役員理事の方はご参加をお願い致します。

スマイルBOX委員会報告 嶋田 辰雄 委員長

§ 竹田真臣様(宇都宮陽東 RC)

宇都宮陽東ロータリークラブ創立25周年記念事業のキャラバンで伺いました。よろしくお願い致します。

§ 安齊誠一会长 千葉様コーヒーのお話、よろしくお願い致します。私もコーヒーが大好きで1日5杯は飲んでます。

§ 関口 隆幹事 ①コーヒーのお話、楽しみにしています。毎日飲んでます。

②陽東クラブの25周年キャラバンご苦労様です。

③スマイルBOXの目標額100万円までもう少しです。皆様よろしくお願い致します。

§ 喜内敏夫会員 6月6日(火)に栃木県総合文化センターで行われる太鼓のプロ集団「鼓動」と坂東玉三郎の催しの案内をレターBOX入れましたのでよろしくお願い致します。

§ 鈴木秀明会員 生れて初めての香港旅行から無事帰って来ました。しかし糖尿病は更に進んだ気がします。

§ 田口久雄会員 千葉様、今日はコーヒーの魅力を存分にお聞かせください。よろしくお願い致します。

§ 若林博純会員 コーヒーのお話、興味あります。楽しみです。

§ 角田充由会員 千葉様、本日の卓話、よろしくお願い致します。ヤキュー部の皆様、甲子園での試合、本当にお疲れ様でした！

§ 仲田俊夫会員 甲子園野球大会残念でした。来年頑張りましょう。

§ 岩本一男会員 南ロータリークラブ野球部の方、大変ご苦労様です。チバコーヒーの千葉様、卓話よろしくお願い致します。

§ 笠原正人会員 甲子園野球場で悪夢を見て来ました。残念という他ありません。残念会は大変盛り上がった分傷心の帰着です。来年も甲子園に連れて行ってください。

§ 山本敬三会員 甲子園大会は残念ながら心配をきしました。この敗戦を検証し、更なる強力チームになるよう精進致します。わざわざ甲子園まで応援に来られた皆様をはじめクラブの皆様にご心から御礼申し上げます。

§ 藤島 拓会員 5月20日(土)全国ロータリー甲子園野球大会で、熊本県の八代RCと対戦して1対11の大差で「熊もん」パワーに負けてしまいました。クラブの皆様から、多大なご支援、応援をいただいていたのに、結果を出すことができずに、誠に申し訳ございませんでした。10月22日開催予定の親善野球大会での勝利めざし、今後も努力して行くことを誓ってスマイルします。

§ 田中正夫会員 5月20日甲子園へ行って来ました。最終回代打で出ました。残念ながら大敗でした。

§ 中野智之会員 5月20日甲子園大会、残念ながら大敗しました。皆さんの応援ありがとうございました。

§ 酒澤伸二会員 甲子園での全国野球大会へ参加して参りました。応援に来ていただいた皆様、クラブの皆様、ありがとうございます。

- § 磯貝 太会員 甲子園応援ありがとうございました。打てない、守れない、それでは勝てない。京都の夜が楽しくて野球の負けを忘れました。
- § 長谷川博夫会員 先日の土曜日は期待に応えられずの野球試合になり、申し訳ありませんでした。今度は地区大会で頑張ります。
- § 嶋田辰雄会員 5月20日(土) 全国ロータリークラブ野球大会に参加して来ました。結果は11-1と大敗でした。熊本八代RC大変強かったです。また、練習に励みます。皆さんの応援ありがとうございました。

多くの会員の皆様にご協力戴きありがとうございました 今週の金額 33,000円
スマイルボックス 合計額 961,000円



外部卓話

チバコーヒー 千葉 公次 様



◎コーヒーは健康に良い？

* コーヒーが健康に良いという話題が多くありますが、どんな効果があるのでしょうか？

コーヒーには、眠気覚まし、学習能力の活性化、疲労の回復、消化促進、利尿作用、代謝促進、血圧上昇など作用があります。様々な成分のなかでも、主に2種類の効果があるようです。

「カフェイン」

脂肪の分解を促して血液中に放出させたり、血流をよくして代謝を上げたりする働きや中枢神経を刺激し、脳の特定の伝達物質の生産を増強する働きがあります。

「クロロゲン酸」ポリフェノールの一種

メラニンの生成を抑えたり、腸内環境を改善する働きがあります。また体内に取り込まれた脂肪を、「ミトコンドリア」という脂肪を燃焼してエネルギーに変える器官に送り込むのを促進してくれる働きもあります。

* 健康的なコーヒーの飲み方は？

① 一日に3～4杯くらいまで

飲み過ぎはメリットがなくなります。

② 行動をする前に飲む

クロロゲン酸は、飲んだ1時間後に血液中に一番多く吸収されます。日光に当たる1時間前、食事や運動の1時間前に飲むのがより効果を発揮します。

③ 浅めの煎り

カフェインは深煎りのコーヒーよりも浅煎りのコーヒーのほうに多く含まれます。代謝をより高めるためにはホットで飲むとより効果的です。

④ ブラックで飲む

コーヒーのみで飲んだ場合、カロリーは4kcal程度です。ただし砂糖やミルクを入れれば当然カロリーが増します。

コーヒーは脂肪燃焼のほかにも、集中力を高めたり、筋力トレーニングの持続力を上げたりする効果もあるので、上手に活用してみてください。

◎コーヒー豆知識

・コーヒーの漢字は？

「珈琲」という漢字は幕末の蘭学者が考えました。コーヒーの赤い実の様子が、髪飾りの「かんざし」に似ていることから、「珈」は髪に挿す花かんざし、「琲」はかんざしの玉をつなぐ紐を表しているそうです。

・アメリカンコーヒーとは？

アメリカは浅煎りのコーヒーがメインという説のほか、大阪では昔、深煎りのコーヒーが主流だったため、外国人客に通常のブレンドコーヒーを飲みやすいように倍に薄めて提供したという大阪発祥説があります。

・コーヒーの美味しい温度は？

一般的に日本では、自己体温のプラス・マイナス25度あたりが美味しく感じるようです。

・カフェイン

深煎りは焙煎時間が長いので、カフェインの量が少なく、浅煎りはカフェインも多く残っています。その他の成分摂取に、コーヒーを飲むなら浅煎りのコーヒーを飲んだ方が効果的です。

・コーヒーの酸味って？

果実由来なので浅煎りは酸味を感じます、深煎りで減少していきます。すっぱい味は「酸化」してできたもので、区別することをお勧めします。

・エスプレッソ？

「エスプレッソ＝抽出方法」で、本場イタリアではたっぷり砂糖を入れて飲みます。4月16日は、「エスプレッソの日」です。

・コーヒーベルト

北回帰線と南回帰線の中のコーヒーをつくる気候などが適した場所を「コーヒーベルト」と呼んでいます。約70ヶ国の産地は、ほぼこのなかにあります。

・コーヒーの日

今までも10月1日は「コーヒーの日」でしたが、国際コーヒー機関において、2015年から10月1日を「International Coffee Day」に定めることになりました。

・始まり

コーヒーの起源はエチオピアです。細かくした豆を煮出して飲んでいましたが、ドリップコーヒーはフランスで始められました。

・アイスコーヒー？

アイスコーヒーは日本生まれで、海外では冷たいコーヒーはほとんどありません。最近は世界的チェーン店が広めているようです。



外部卓話 (5月17日例会)

宇都宮市保健福祉部 障がい福祉課

自立支援グループ 富岡 聖 様

本市の障がい者就労について ～知っていますか 就労支援～

○ 日時 平成29年5月17日(水)

○ 内容(概要)

1 「障がい」とは

- ・ 「障がい」の種類は様々で、また、障がいの程度も一人ひとりで異なる。
- ・ 「障がい」の種類と程度については下記のとおり。

(1) 身体障がい・・・1級～6級	宇都宮市では赤い手帳
(2) 知的障がい・・・A1, A2, B1, B2	宇都宮市では緑の手帳
(3) 精神障がい・・・1級～3級	宇都宮市では青い手帳
(4) 難病患者・・・対象358疾病	

- ・ 宇都宮市における障がい者手帳所持者は年々増加傾向であり、特に、精神障がい者の伸び率が高い傾向にある。人口に占める割合は平成29年3月31日で4.3%。

2 本市の障がい者の就労の現状

- ・ 市内福祉施設（65施設）における、福祉施設から一般就労した障がい者数は近年大きく増加している。
- ・ 福祉施設の中で、就労移行支援事業所は、利用者が民間企業等へ就職できるよう、訓練等を行っている事業所である。（例：パソコン操作や接客、電話応対等）
- ・ 障がい者一人ひとりの特徴を知り配慮することで、本人には生き生きと働いていただくと考えている。
- ・ 本市では、障がい者の就労に係る事業所をメンバーとする自立支援協議会就労支援部会を開催しており、昨年度は障がい者を積極的に雇用している市内の企業を招き話を伺った。主な内容については下記のとおり。

(1) 雇用の動機

- ・ 法定雇用率を達成するため
- ・ 社長の理念
- ・ 近隣の特別支援学校や障がい施設との関わりがあり、地域企業の使命として
- ・ 人員不足を解消するため

(2) 配慮していること

- ・ 障がい者一人ひとりの特性をよく知り、仕事に生かせるように協力している。
- ・ 上司やベテラン従業員にコミュニケーションを取ってもらいながら作業している。
- ・ 通院などのための休みを取れるように人員配置や業務分担に配慮している。
- ・ 親や特別支援学校、事業所等と連携し、定期的に面談を行い、不安や悩みの解消に努めている。
- ・ 雇用の際に、本人の希望と仕事内容にミスマッチが起きないようにするために、職場体験や職場見学があるとよいとの意見があった。

3 本市の取組み

(1) 障がい者職場定着支援事業

- ・ 障がい者就労に係る事業所に対し、障がい者への職場定着支援や、企業における障がい者への理解促進・職場環境の調整を行う際の人件費等の一部を補助。

(2) 市における精神障がい者の臨時職員雇用

- ・ 「宇都宮市障がい者モデル就労事業」を進めており、精神障がいのある方を対象として、宇都宮市役所における臨時職員を募集し雇用。

(3) 「わく・わくショップU」の開設

- ・ 障がい者支援施設等が行う、施設等製品の販路拡大、下請作業の開拓等の活動を支援。市役所1階に販売施設を開設。その他、出張販売等を実施。平成29年5月で8周年。

(4) 障がい者優先調達の実施

- ・ 市で購入する物品等の調達に当たり、障がい者就労施設等から物品を調達するよう配慮。
⇒ 障がい者の就労施設の平均工賃月額20,000円の目標に対し年々増加している。

4 障がい者の雇用について

- ・ 雇用の窓口はハローワークとなっており、事業主に対して、雇用を希望する障がい者の紹介や雇用管理上の配慮等について助言を行っている。
- ・ 障害者雇用促進法では、民間企業の法定雇用率は2.0%、従業員を50名以上雇用している企業は、身体障がい者又は知的障がい者を1人以上雇用しなければならないとされている。(平成30年度からは、精神障がい者も算定基礎の対象となる。)
- ・ 履行しない事業主は、ハローワークから行政指導を受ける。
- ・ H28年4月から障害者差別解消法がスタートし、障がい者に対する差別禁止と合理的配慮の提供義務が規定された。(例：社員等の募集に際して、障害を理由として採用を拒否することや賃金や研修において不当な差別的取り扱いを行うことを禁止)



出席報告

枝野 修一 委員長

会員数 52 名 出席数 32 名 欠席数 20 名 出席率 71.11%
前々回 5 月 10 日 訂正率 74.47%



次回例会

2017年5月31日(水) 会員による自社PR

大島スミ子会員・小塚照夫会員・田村一夫会員・村上芳弘会員