



2015~2016

# 沼田ロータリークラブ会報

世界へのプレゼントになろう  
Be a gift to the world

2015~2016年度 国際ロータリー会長 K.R.ラビンドラ

例会日…毎週火曜日 12:30 会長 春日政志 幹事 今井幸吉 会報編集 小暮正人  
例会場 ディラン 事務所 沼田市西倉内町669-1 沼田商工会議所3階 TEL 0278-24-1177

第2866回 例会報告  
2015年12月22日

記録 小暮正人

## 例会予告

|      |               |        |         |
|------|---------------|--------|---------|
| 1/5  | 新年例会          | 18時30分 | ディラン    |
| 1/12 | 群馬イノベーションアワード |        | 前田善成 会員 |

<http://www.rid2840.jp/numata/>

2016年1月5日発行 No.23

## 舌は内蔵の鏡

浅沼歯科医院

浅沼美香先生

### ■卓話者紹介

割田一敏君

東倉内町で開業されていて、私とは歯科医師会の仲間ですし大学の後輩でもあります。歯科だけでなく漢方学も学んでいます。先日の中之条リレーマラソンでクラブメンバーの衣裳を作ってくれました。

今は舌は内蔵の鏡ということで、健康状態がチェックできるそうです。

### ■卓話

何ぞ舌で健康状態がわかるかという、東洋医学では全身のバロメーターと言われ、体の悪い所が舌に表れるからです。歯科医なので、患者さんの舌を見てその方が今どういう状態なのか頭に入れて治療をしますが、悪い方は検査を進めています。

利根沼田地区は舌のことをヘラと呼ぶのに驚きました。私は神奈川出身なので、ベロをとっても患者さんは動かしてくれませんでした。

漢方は中国でなくて日本オリジナルの言葉で、西洋医学が入って来た時にそれまでの医療と区別するため漢方という名前にしました。オランダから来たので蘭学というように。

漢方薬の需要が近年高まってきており、10年間で400億円も市場が伸びています。漢方は副作用もなく、元々ある物の成分を生かして体の中から治すものです。

漢方では見る、聞く、問う、触れるを主にし、その中でも舌診が重要です。鏡で自分の舌をご覧下さい。形や色などをみます。形は丸く色もピンクでむらがないのが良い状態です。舌の部分で内蔵の箇所があります。奥が腎臓、真ん中が胃、先が肺、心臓で、左右が肝臓・胆のうを表します。この部分の色の状況、苔の状況を見ます。白っぽくなっていると冷え症、赤くなっていると熱がある。



健康を保つには、気、血、水の3つが大切です。気とは生命エネルギーのことで、気を入れて仕事をするなど言われますが、物を動かし、体を温めて外邪の侵入を防ぎ、活力を与えることです。血は生命活動の維持をする基礎で、全身に栄養を供給し体を潤すものです。水は体内にある正常な水分のことで、内臓、筋肉、粘膜を円滑にするものです。これらが欠けると舌に表れてきます。睡眠不足だと気が入らない、いらいらする人は血が足りない、冷え症もそうです。関節が痛いのは水分が足りないなどの症状があります。

舌の色が黄色になるとカゼやインフルエンザの前兆です。白いのは水が足らず、真ん中にスジが入ってしまうのも同様です。赤から少し黒くなっているのは内臓が悪くなっています。それが舌のどの部分に出ているかは、先ほどの内臓を表す部分で見て下さい。

学校で歯科健診もしていますので、子供たちの舌をその時見せてもらい、子供の健康状態を見ています。

睡眠不足の子、腰痛の子、頭痛、冷えなどだけでなく、ストレスや情緒不安定な子供にも舌や舌の出し方で分かります。

この様に心も体も一番体内で再生している舌の部分に全て表れてきます。皆様も朝歯を磨く時に舌を見て、自分の健康状態を確認して、元気な一日となるよう気を付けて下さい。

## 例会報告

- 司会 石澤雄一郎SAA出席委員
- ソング 我等の生業 宮内明彦君
- 来賓及び来訪ロータリアン

浅沼歯科医院

浅沼美香様

**会長の時間**

**春日政志会長**

先週のクリスマス家族会には大勢の参加ありがとうございました。いつもは大きなクリスマスプレゼントでしたが、今回は小さくても一番ほしいと思われるものを用意しましたので喜んでいただけたと思います。

先週末には野球部が久留米に遠征に行き、ご苦労様でした。久留米北RCと交流を図られたことと思います。

今年最後の例会となりました。皆様はどんな1年だったでしょうか。私はロータリーのこと頭が一杯で、秋の忙しい時期を乗り越えられるか心配でしたが、何とか越えられました。折り返し点となりますが、気を抜かず頑張っています。半期ありがとうございました。後半もご協力をお願いいたします。

**幹事報告**

**今井幸吉幹事**

◎理事会の開催 1月12日例会終了後

◎新年例会の件

18時30分ディラン。バスコースを送りますのでご利用の方は、ご返信下さい。

**委員会報告**

**◎SAA出席委員会**

**関 真一副委員長**

| 会員数 | 会場出席 | メーク | 出席率     |
|-----|------|-----|---------|
| 68名 | 39名  | 4名  | 66.20 % |

**◎ニコニコ委員会**

**宮田徳彦副委員長**

- ・春日政志君 秋のこんにやく仕入れシーズンもようやく終了。何とか例会に穴を開けずにすみ、皆様の御協力に感謝して。
- ・横山公一君 一年間大変お世話になりました。来年も宜しくお願いいたします。12月議会も無事終了し、補正予算を議決していただき感謝!
- ・割田一敏君 卓話者に我娘であったらと思う浅沼美香先生をお招きでき、美香ちゃんありがとう。
- ・松野正一君 フェッセンと一緒にいった仲間の浅沼さんを歓迎し。そして近い将来入会をお待ちしています。
- ・水石清治君 久留米北RC VS 沼田RC野球では若い皆様にも大変お世話になりました。
- ・櫛淵光彦君 先週のクリスマス家族会で0歳の孫と参加でき、楽しい時を過ごせられ。
- ・ニコニコ一週間 浅沼美香先生をお迎えし

**て、また、今年最後の例会を記念して**

- |       |       |        |
|-------|-------|--------|
| 宮澤孝幸君 | 小菅茂雄君 | 山田龍之介君 |
| 阿形登氏君 | 関 真一君 | 石澤雄一郎君 |
| 宮内明彦君 | 金子秀行君 | 西田俊太郎君 |
| 塩浦敬之君 | 櫛淵光彦君 | 飯島千明君  |
| 天野純一君 | 南雲達也君 | 綿貫利彦君  |
| 桑原 滋君 | 小暮正人君 | 佐藤哲夫君  |
| 斎藤正典君 | 宮田徳彦君 | 戸部聖之君  |
| 桑原敏彦君 | 武田 寛君 | 前田善成君  |
| 赤間昌彦君 |       |        |

**◎財団BOX**

**IN**

**櫛淵光彦委員**

- |       |       |        |
|-------|-------|--------|
| 春日政志君 | 今井幸吉君 | 松野正一君  |
| 金子秀行君 | 片山晃一君 | 石澤雄一郎君 |
| 小菅茂雄君 | 桑原 裕君 | 宮田徳彦君  |
| 宮内明彦君 | 宮澤孝幸君 | 水石清治君  |
| 佐藤哲夫君 | 清野啓介君 | 関 真一君  |
| 綿貫利彦君 | 吉野 登君 | 割田一敏君  |
| 桑原 滋君 | 小暮正人君 | 戸部聖之君  |
| 武田 寛君 | 前田善成君 | 金井俊介君  |
| 櫛淵光彦君 |       |        |

・水石清治君 ポールハリスフェロー2回目



**◎広報IT委員会**

**小暮正人委員長**

・オンツーソウルの件

登録2回目の締切、3月31日375ドル。4月以降440ドル。沼田中央ソウルツアー、78,000円より、2泊3日。

**◎野球部**

**綿貫利彦君**

久留米北遠征に行き、久留米北RCと交流試合を行ってきました。20対2で完敗でしたがヒット数はあまり変わらず、もう少し練習できれば、甲子園優勝3回のチームに互角となれる気がしましたが、相手は平均年齢66才で、久保さんの仕事仲間の72才の先生が監督で、毎週例会後に練習をしているそうです。夜の久留米も案内され、トンコツラーメン発祥の地でラーメンを食べ、九州人の温かい心に触れられ、有意義な遠征でした。久留米は有名人が多く、真田丸の小松姫役の吉田羊も出身だそうです。