



名古屋大須ロータリークラブ

WEEKLY REPORT

NO.860

<本年度クラブ会長方針>

ロ - タリ - 100周年を「職業奉仕で祝おう」

承認 1985年2月12日 例会日 木曜日12:30 例会場 名古屋東急ホテル
 会長 新沼 操 URL http://www.nagoya-osu.org e-mail office@nagoya-osu.org
 幹事 川畑 博敬 電話 (052)251-0181 FAX (052)251-0337
 事務局 460-0008 名古屋市中区栄4丁目6番5号 丸越ビル 6F



2004~2005年度
 R.I.会長
 グレン E. エステス・シニア

ロータリー理解月間

第999回例会於 名古屋東急ホテル
 2005年1月27日(木) 12:30
 会員67名

出席計算数64名中 50名出席
 出席率 78・13%
 前々回出席率 96・88%

ロータリーランチ

「奉仕の理想」

指揮者 桐山 寿浩

ピアノ演奏 富板 玲子

ゲスト

豊田市美術館

学芸課長 青木 正弘さん

ニコボックス

青木正弘様 本日は宜しくお願致します。
 新沼 操

新沼会長のかわりにごあいさつさせていただきます。
 佐々木 功

副会長の挨拶 期待しています。
 草野 勝彦

1月23日(日) オーストラリアから
 交換学生としてクリッシィが無事到着しました。1年間ヨロシク御願いたします。
 住田 正夫

孫(3代)は平成11年1月11日生まれました。
 小野 定男

きびしい寒さ！スケートシーズンです。
 黒柳 一男

結婚記念日にオルセー美術館に行ってきました。
 伊藤 与則
 インフルエンザから復帰しました。

誕生日でした。
 入会記念日です。
 入会記念月です。
 今年初めての出席です。本年もどうぞ宜しくお願いします。
 私の一子誕生しました。名前は恒基です。

鬼頭 茂成

横井 衛

山田 邦彦

吉田 明夫

渡辺 剛男

吉田 憲一

副会長挨拶

佐々木 功



本日は新沼会長の代わりに佐々木がピンチヒッターで話しをさせていただきます。

水分補給と水の飲み方

(1)成人の1日の水摂取量と排出量
 人間は成人の場合、1日 2.5 以上の水分が排泄されます。



摂取量	= (イコール)	排出量	
飲料水		尿	(注) 不感蒸泄
約1.2		約1.4	呼吸、発汗、皮膚からの蒸発
食物に含まれる		不感蒸泄	(注) 代謝水
水分約1.0		約1.0	体内で代謝活動が行われる際に生まれる水分の事。
代謝水		糞便中	
約0.3		約0.1	
合計 2.5		合計 2.5	

水分の収支をみると、^{1.2}は飲料水から摂らなければならない。
 体内の水分量が適切に保たれてはじめて健康な毎日を送ることが可能です。水分不足は特に問題で、喉が渇く、尿が減る、皮膚がカサカサになる、なんとなく元気がないなどの症状が現れたら脱水のサインです。
 さらに不足し、汗が出ない、体温が上がり、体内の水分が15%不足すると

命にもかかわってきます。
 (2) 体内での水の働き
 人の体の約60%が水分です。
 新生児 約80%、成人女子55%、成人男子 60%、老人 55%
 成人男性と女性では5%ほど女性の水分量が下回りますがこれは脂肪分の差。その水が栄養素、二酸化炭素代謝産物、老廃物、ホルモンなどを溶かして体の中を運搬しています。また、体内で体温、浸透圧、PHの調整など重要な役割もしています。
 水が持つ体内の有害物質を洗い流す働きによって現代生活では避けられない食品添加物や大気汚染物質などの排泄することができます。十分な水を飲み血液の流れをよくし、排便を促せば有害物質も速やかに排泄させ体内にとどまる時間を短縮することができます。そのため病気の発生率を低くできます。
 水分摂取不足：脳梗塞、心筋梗塞、エコノミークラス症候群などの原因になる。
 (3) 水は万能薬
 加齢とともに体の水分量が減ることから「老化は乾燥のプロセス」といわれますが、水は老化を防ぐ働きもあります。人間は加齢にともない体内の保水能力が低下します。
 25才男性細胞内水分含有率は42%
 75才 " " 35%
 内臓の働きが衰えてきます。その為にも多めに水分をとり、新陳代謝を活発

にすることが、老化を遅らせることにつながります。

水分の補給方法)一度にたくさん飲むのではなく数回に分けて少量(150m)ずつ無理なく吸収)

(a) 朝起きた時1杯(150m)

(b) 3回の食事の後に1杯ずつ

(c) 10時と3時のお茶の時間に1杯ずつ

(d) 入浴後に1杯

(e) 寝る前に1杯

計1200m を飲むことができます。

水はいわば病気の予防のための万能薬です。口頃からたくさん水分をとり、病気になるないように心がけましょう。

卓話

コレクシオンについて

豊田市美術館

学芸課長 青木正弘さん



豊田市美術館は、今年で開館10周年を迎えます。これまで国内・外の近・現代美術、デザイン、工芸などの

作品や資料を、金額にして約130億円収集してきました。日本の公立美術館としては、稀に見る高額の予算を投入したコレクシオンだと思います。海外の美術館に比べて、建物は立派だがコレクシオンは脆弱だというのが、総じてわが国の美術館に対するこれまでの評価だと思っています。そんな中で美術館活動は先ずコレクシオンからという信念で、10数年間、収集活動に携わってきて感じたことを簡単に話したいと思います。

美術館は、調査・研究・収集、展示、保存、そして教育などの活動をしています。これらの仕事の中で、最も経済や金融など景気の動向に連動しているのが作品収集だと思います。景気が良い時には、良質の作品も市場に出てくる、しかし価格も高額です。景気が悪い時は、良質の作品がなかなか出て来ない、なぜなら高く売れないからです。どちらの場合もコレクシオンする立場から見ると対応が難しい。もちろん海外の作品を購入する場合は、契約に際してドルやユーロのレートの推移にも注意を払わねばなりません。したたかな外国の画商には、先ず作品に対する自分の所見をはっきり答えなければなりません。曖昧にしていると、一級品のファイルは靴にしまつたままで、二級品のファイルで商売をされてしまいます。要求されるのは判断力、決断力、そして時には駆け引きやハタタリも当然ありますね。特に

オークシヨンの場合はそうです。

バブル期の日本には、数千億円という一級品、二級品の美術品が、一級品の価格で海外からなだれ込み、バブル期が終わるとそれらの作品は四級品の価格で再び海外に買い戻されていきました。作品の良し悪しが分からない日本のお金持ちを相手に、海外の画商たちは、赤子の手を捻るように行つて来いで大儲けをしたのです。再び景気が良くなった時、同じ轍を踏んではいけませんが、今の状態を見ていると、日本人はまた同じ過ちを繰り返すような気がします。美術品といえども市場に出てくる以上、表は芸術ですが背中には人間の様々な欲望を背負わされているのです。皆さんもコレクシオンされる時には、十分ご注意ください。現在、豊田市美術館では、「河原 温ー意識、瞑想、丘の上の目撃者」を開催中です。ぜひ一度来館ください。

次回例会のご案内

第1001回例会

2月10日(木)

「ロータリー

創立100周年を祝って」

RJW・DICO 浅野 彰さん

プリンテン委員会

小澤 幸男・太田 裕・中根 了晟

鈴木 三郎・杉浦 令淑・大原 敏正

プロフィール 青少年交換学生 Kristina Macintoshさん来日

(クリッシーさんがメールで下さった文そのまま掲載しています。日本語力はすでにかなりのもの・・・)



愛称 クリッシー

1. 家族構成：わたしのかぞくは3人です。お父さんとお母さんと私です。でも、いぬが1びきいます。名前はプリちゃんです。
 2. 好きな食べ物：日本の食べ物が好きです。たとえば、すきやきとやきそばとてんぷらがだいすきです。
 3. 苦手な食べ物：ピーマンとすしのいかがりいです。でも、何でも食べてみようとおもいます。
 4. 趣味：私のしゅみはスポーツとどく書と音楽をきくことです。友達と遊ぶことと映画に行くことも大好きです。
 5. 特技：たぶん、私のとくぎはとうろんすることとがいくごです。
 6. 日本で行きたいところ：いろいろなところに行きたいです！ さっぽろととうきょうときゅうしゅうとせんだいなど。。。でも、名古屋の東山公園と動物園と水ぞくかんへいきたいです。
 7. 体験したいこと：たくさんまつりを体験したいです。お正月とさくらまつりは一番みたいです。World Expo 2005も体験したいです。楽しみにしています。
- 一言 私はすぐに名古屋が好きになりました。私のホストファミリーはとてもしんせつだとおもいます。ぜんぶけいけん出来るようにながります。毎日いろいろなことばをなっています。早く日本語をじょうずになりたいです。私は名古屋のおおすロータリークラブがホストでとてもうれしくてしあわせです。よろしくおねがいします。



1月23日午前8時25分に小牧空港に到着しました。お迎え風景(写真右)