

HIGASHIOSAKA CENTRAL ROTARY CLUB

(第 2660 地区)

WEEKLY BULIETIN

No.26

東大阪中央ロータリークラブ

創 立 昭和47年2月20日
例 会 日 毎週月曜日 12:30～
例 会 場 所 シェラトン都ホテル大阪 3F
事 務 局 大阪市天王寺区石ヶ辻町2-8
〒543-0031 クレアツィオーネ上本町 704号
TEL : 06-6772-2320
FAX : 06-6772-2327
E-mail : hcrc@at.wakwak.com



会 長 小 川 高 弘
会 長 ノ ミ ニ 一 宮 田 照 男
副 会 長 金 子 勝 信
幹 事 中 村 徹
会 報 委 員 長 瀧 田 浩 彦

Rotary Serving Humanity

人類に奉仕するロータリー

2016～2017 年度 国際ロータリー会長 ジョン F. ジャーム

第 2039 回例会 平成 29 年 2 月 20 日 (月曜日) 第 26 号

本日の例会 2月20日 (月) 第2例会
創立45周年記念例会

シェラトン都ホテル大阪 4階 大和の間
午後5時30分集合 6時開会

次回の例会 2月27日 (月) 第3例会
東大阪西RC・東大阪中央RC合同例会

日時：2017年2月27日 (月)
受付・お食事：午後6時00分～
開会：午後6時30分～

卓話講師：東大阪市長 野田義和氏

前回の例会 2月6日 (月) 第1例会

会長挨拶 会長 小川 高弘

みなさん、こんにちは。

次回2月20日の例会は鹿港ロータリークラブの皆様をお迎えしての「45周年記念例会及び春の家族会」です。当日は有志の方々に11:40に関西国際空港に鹿港ロータリークラブの皆様をお向かいに行きます。毎年鹿港ロータリークラブは周年式典を盛大に行われていますが、当クラブは45周年と言う事も、厳かに、かつ心こもったおもてなしで鹿港ロータリークラブの皆様をお迎えしたいと思っています。また、常々災害が起きるたびに逸早く支援金をお送りくださる鹿港ロータリークラブの皆様にご感謝の意を表し、また両クラブの親睦と両クラブのご家族の皆様との親睦を今以上に深めたいと思っています。そして、末永く友好的な姉妹クラブ関係が続くことを願う次第です。2月20日が楽しみです。

幹事報告 幹事 中村 徹

1. 本日、例会終了後、5階サルビアの間にて、第8回定例理事役員会を開催致します。理事役員の皆様には宜しくお願い致します。続きまして、IM実行委員会も

開催致します。役員の方はお残り下さいます様お願い致します。

2. 次週は定款による休会です。お間違のないようにご確認をお願い致します。
3. 2月20日は(月)は当クラブ創立45周年の記念例会になります。全員出席をお願い致します。
4. なお、この記念例会には姉妹クラブの鹿港RCより23名がお祝いにきてくださいます。ソン・ソルナム氏によるミニコンサートも開催致します。
5. 当日は6時からの夜例会になりますが、会員の皆様には5時30分には集合して頂きまして、お揃いのネクタイで鹿港RCの皆様をお迎えしたいと思います。ご協力を宜しくお願い致します。
6. 27日東大阪西ロータリークラブとの合同例会です。この日も夜例会で6時よりの開催になります。本日、回覧を回しておりますので出欠のご記入を宜しくお願い致します。

出席報告 金子 委員

| | |
|---------------|--------|
| 本日の会員数 | 23名 |
| 本日の出席者数 | 18名 |
| 本日の出席規定適用免除会員 | 10名 |
| 本日の出席率 | 85.72% |
| 12月19日の修正出席率 | 90.91% |

2月のお祝い

- 入会記念日 林 佐井 岩橋 (各会員)
- 会員誕生日 瀧田会員
- 夫人誕生日 金子 桂様
- 結婚記念日 林 佐井 尾崎 (各会員)
- 1月の内祝いニコニコ 累計 395,000円
- 1月のニコニコ箱 150,000円 累計 826,000円

ニコニコ箱報告 SAA 岩橋 竜介

小川会長 次回、鹿港ロータリークラブの皆様が来られます。皆様宜しくお願い致します。

中村幹事 片岡先生本日の卓話宜しくお願い致します。
佐井会員 新年明けまして、本年もどうぞよろしくお願
い致します。

卓話 鍼灸師 片岡 聡様

東洋医学は「気」の医学 鍼灸師 片岡 聡様

「東洋医学とはなにか？」
西洋医学に無くて東洋医学にある概念は、気という存在
です。気を中心に万物全てを考えようとしたのが、東洋
医学です。
はたして、気とはなんなのか？
気は目に見えない分、ややこしくて、つかみ難くて説明
がしがたい物ですが、意外にどんな方でも気は普段から
何となく理解はしている物です。
たとえば、前からこわそうなお兄さんが歩いてきたとし
ます。関わりたくないと思って避けますよね。近づいて
きただけでもイヤですよ。恐そうと言う感じ。これが気を感じたことになるのです。
いわゆる殺気を感じたのです。
次に、前からよちよち歩きの笑顔のかわいい子供さんが
歩いてきたとします。わあ〜かわいい。抱っこしてみたい。
近づいて顔を眺めてみたい。と思いますよね。
この子可愛いなあ〜って感じている気が無邪気という気
ですね。子供は無邪気で邪という悪い気というものがない
のです。そんな人には誰でも近づきたくなるものです。
こんな場合はどうでしょうか？
前から、お母さんと娘さんの親子が歩いてきたとします。
どちらがお母さんかわかるのでしょうか？どこを見て判断
しましたでしょうか？なんとなくわかりますよね。10
代の方と40代の方は何が違うのか？
気が違うのです。気が若いかどうか。年齢の経験を積
めばだいたい想像がつかますよね。
年齢より若く見られる方がいます。逆に年齢より老けて
見られる方もいます。何がちがうのか？気が違うのです
ね。気はつかみどころが無いですがなんとなく気付いて
いるものと理解はしていただいたでしょうか？
「気の陰陽」
気は陰陽に分けることが出来ます。
陰陽とは、宇宙の万物全てが気の集合体と考えたとき、
気をそう反する2極に分けたものを陰陽としました。表
と裏。光と影ですね。
太陽を陽とすれば、陰は月。
男を陽とすれば、陰は女。
春を陽とすれば、陰は秋。
人間を陽とすれば、陰は植物。
身体を陽とすれば、陰は心という風になります。
ですから、陰陽どちらも大切で、どちらが優位である
ということはなく、陽は陰を大切に、陰は陽を大切にす
ることで、バランスのいい状態が保つ事が出来ます。
陰陽仲良くすることが大切です。陰陽に分けたものが仲
良く一つになる。これが元気です。
元の気に戻ることにあります。元気を取り戻すには、相
対する陰陽を大切にすると元気になるのです。男性は女
性を大切にすると元気になります。女性は男性を大切に
すると元気になります。人間は植物を大切にすると元気
になりますし、植物は人間を大切にすると元気になりま
す。
もし、大切にしていけない時、陰陽のバランスが崩れて元
気が崩れていきます。これが病気の始まりです。

この病気になる前に防ぐ方法があります。東洋医学が最
も得意としている未病という考え方です。

「未病とは」
未病とは、未だ病にならずという段階です。このまま放
置しておくとも病気になるという段階です。この
段階の時に食事でなんとか元気を取り戻そうというので
す。

「気はどこで作られているのか？」
気は生まれたときから持っている先天の気と、生まれて
から食事を取り込む後天の気に分かれます。
先天の気は、腎臓で作られて、後天の気は胃で作られて
いると考えられています。
ですから、胃で作られた気で健康が左右されますので、
食事はとても大切です。何を食べれば胃は喜ぶか？それ
は、お米です。お米だけは食生活から省いてはいけません。
春夏秋冬の四季の気を吸った食べ物はお米だけだと
言われています。
気の旧漢字も氣と書きますようにお米が入っておりま
す。胃も田んぼの月と書きますように、田んぼから生ま
れるお米とは、深い縁があるのです。お米と胃との相性
は抜群なのです。食事の乱れがすべてを乱すのです。
お米を食べないと気力は上がりません。
ぜひ、どんなに少なくとも1日1膳はお米を頂いてくだ
さいね。

「感情は五臓六腑に持たせた」
実は、東洋医学では、胃の役割は、消化をするだけでは
ないのです。
胃は、思う、考えるという感情も持っています。
腹は決まったか？というように決断は腹でするもので
す。腹とは胃の事です。

腑に落ちたというように、納得できたときに使う言葉で
すが、この腑とは、胃の事です。
胃は思う、考えることをしますが、思い過ぎ、考え過ぎ
は胃を壊します。壊す前に、胃の喜ぶことを知っておき
ましょう。気を作る胃が喜ぶことをしないと健康な身体
を作り上げることは出来ません。
胃が喜ぶ6つの行動をお伝えします。

- ① 嘔む
- ② 笑う
- ③ 歌う
- ④ 喋る
- ⑤ 話す
- ⑥ 歩く

これを続けて頂くと胃の調子も上がり、運氣も上がって
きます。先天の気を作っている腎臓は、両親から受け継
いだ気力です。
腎臓は、恐れるという感情を持っています。恐怖が一番
腎臓にも、身体にも悪いです。不安や恐れは気めぐり
を滞らせ病気を作ります。
まとめますと、気は腎臓、胃で生まれ、気が円滑に身体
中を巡っている状態が健康で、気の巡りが悪いときに病
気になるということです。
その気の良し悪しは、すべて食事が左右するということ。
病気になる前に食事で身体の気を整える未病という考え
方が健康を保つには最善なる方法だということ。
気を発する所、腎と胃を守れば長寿を全う出来ることと
思いますので、ぜひ恐れを追い払い、胃を喜ぶ6つの行
動を取ってください。ご清聴ありがとうございました。

