



国際ロータリークラブ第2620地区 2023-2024年度

RI会長 ゴードンR. マッキナリー

会長 竹田 浩富 幹事 伊原 謙治

朝霧アリーナより



竹田 浩富 会長

例会場 富嶽温泉 花の湯 例会日 毎週金曜日 月の最終週は夜間

事務所 〒418-0003 静岡県富士宮市ひばりが丘805 富嶽温泉 花の湯内 公式HP <http://fujinomiya-west-rc.com/>TEL.0544-23-2122 FAX 0544-23-2122 Mail fujinomiyawestrotary@mountain.ocn.ne.jp

No.9.10 通算 1540・41号 2023年9月10日(日)・15日(金)

ゲストビジターの紹介

会長挨拶 会長：竹田 浩富 君

プラントベースフードの話

最近話題のプラントベースフードとは植物性の食材を使用して作られた食品のことです。肉の代替食品として知られる大豆ミートをはじめ、さまざまな商品が開発されています。欧米では選択肢のひとつとして当たり前になっています。日本では健康志向の人や環境問題への関心が高い人を中心に需要が高まりつつあります。大手コーヒーチェーンのスターバックスでは、大豆ミートを使用した軽食や、アーモンドミルクを使用したケーキなどのメニューが拡充されました。また、コメダでは植物性の食材のみを使った食事が楽しめる「KOMEDA is」がオープンしています。また、スーパーやコンビニなどでも手軽に購入できるようになってきました。

スーパー、コンビニ、ネット通販で買えるプラントベースフードを紹介します。スーパーでは、お肉コーナーや冷凍食品コーナーで販売されている他、最近ではプラントベースの商品を集めたコーナーを展開している店舗もあります。商品ラインナップは、料理に使えるものからレンジで加熱するだけで食べられるものなど、さまざまなタイプの「大豆ミート」が中心です。マルコメでは「ダイズラボ」シリーズとして、大豆を使用したものが登場しています。伊藤ハムからは大豆ミートを使用したカレーやハンバーグといった商品が出されています。肉のような食感や味にこだわっているのが特徴で、加熱するだけでおかずが1品完成するので忙しい時にもおすすめです。普段のお惣菜を気軽に代替できます。料理に使える大豆ミートの乾燥タイプから、ひと手間加えるだけ

でおかずが作れてしまう惣菜の素タイプ、温めるだけで食べられるレトルトタイプなど、様々な種類が揃っています。初めてプラントベースフードを食べる方も挑戦しやすいのではないのでしょうか。健康食品などを扱う大塚食品から誕生した「ZEROMEAT」は、大豆などの植物性原料を使用したプラントベースフードのブランドです。肉のような食感を実現しつつ、素材のおいしさも活かしたハム、ソーセージ、ハンバーグ、冷凍食品で保存の効くナゲットなどが出されています。もっと気軽に使いたい方におすすめなのがコンビニです。今回は代表的な3社で買えるプラントベースフードを紹介します。季節や地域によって違いが出ることもあるかと思いますが、参考にしてみてください。ローソンでは、2017年から大豆ミートの商品を展開してきました。直近では、2022年5月10日より「SOY365 (ソイエブリデイ) フェア」を開催。豆腐干や大豆ミートを使用した麺類やベーカリーなど、さまざまなプラントベースフードが販売されています。セブンイレブンでは、プライベートブランドのセブンプレミアムから大豆ミートを使用したタコスミートや、キーマカレーが販売されています。この他にも、お弁当コーナーにある担々麺やジャージャー麺といった商品にも大豆ミートが使用されており、いつものご飯を買う感覚で大豆ミートを取り入れることができます。ファミリーマートでも、2017年頃から大豆ミートを使用した商品を販売しています。日本ベジタリアン協会推奨マークを取得している「ベジバーグ丼」や、「ガパオライス風サラダ」などがラインナップ。大豆ミートを使用した中華まんやホットスナックも展開しています。

私はまだ購入して食べたことがないのですが、皆さんはどうでしょうか。ヘルシー志向の方はもう主食になっているかも知れませんね。

幹事報告 幹事 伊原謙治 君

●別紙幹事報告参照

*9/29 (金) 6:30 会場花の湯で「お月見例会」を開催します。アルコールも出ます。送迎のバスなどはありませんのでご注意ください。

*この宴会において会員による3分スピーチを行います。みんなを楽しませるちょっといい話をご準備ください。

*今村一徳会員の退会にともない、役員・委員の構成を更新しました。●内容は配布資料を参照して下さい

出席報告

1540 例会 9/10 (日) 田子の浦清掃合同奉仕

	会員数	計算会員数	出席	欠席	MU	比率
9/10	21	20	13	9	0	72.2%

欠席 後藤憲治君・堀水東志夫君・近藤憲司君・貫名英舜君・仲亀秀樹君・☆赤池次郎君・☆外木規之君 ☆は出席免除者

1541 例会 9/15 (金) 通常例会

	会員数	計算会員数	出席	欠席	MU	比率
9/15	21	20	16	5	0	80%

欠席 遠藤克彦君・遠藤寿男君・早川英寿君・渡邊奈津実君・仲亀秀樹君・☆外木規之君 ☆は出席免除者

本日のお祝い

○会員誕生日 加藤康雄君 s23.9.28

○配偶者誕生日 赤池みつえ様 9.19

外木久仁子様 9.20

宇佐美菊代様 9.24

本日のスマイル

○いよいよ「後期高齢者」です…加藤康雄君

○先週の清掃奉仕に欠席。参加の皆さんに感謝。クルージング、楽しかったです…若林眞治君

○先週の清掃奉仕に欠席。スマイル…後藤憲治君

○先週の清掃奉仕に欠席。感謝…赤池次郎君

○本日の研修委員会企画。よろしく…石川俊洋君

本日のプログラム

研修委員会 石川俊洋君

クラブ協議会「これからのクラブにとって何が必要か？」第二回

8月18日に第一回「これからのクラブにとって何が必要か？」をテーマにグループディスカッションを開催し、本日は各グループからの報告をしていただく

中で、問題を絞り込むことを目的にフォーラムを行います。

***各グループの発表内容は別紙**

各グループの発表を受けて、私なりのまとめをしたいと思います。

1-1. 会員増強・維持について

当クラブの現状は会員数の減少、また、会員の高齢化が問題です。したがって、クラブの存続、また、活性化のためには、次の時代を担う若い会員を獲得すべきことは優先課題です。これまでも、会員増強のための努力をして来ましたが、その実が上がりなかったことを鑑みて、より工夫を加えなければならない。具体的には、会員増強のためのワークチームを作り、実働することが必要である。

1-2. 新人の会員をきちんとフォローしてロータリーに育成することを制度化する。

1-3. 社会のデジタル化が進んでおり、もはや、アナログに戻ることはない。これはロータリーも同様である。このデジタル化に高齢の会員が取り残されることのないようにする。

1-4. インターアクト立ち上げに付いての再考。

2. 社会奉仕について

ロータリークラブは地域に対しての奉仕活動をする存在である。また、この奉仕活動が地域において注目されることも重要である。そうした観点から、より地域密着型の奉仕活動を選択すべきである。

3-1. クラブの組織について

組織は状況に応じて常に改編される。会員40人の時代と現在では大きく異なる。より、全員参加の活動を行える組織に整備して行くことか必要である。

3-2. 実態に合わせてのクラブの会則と予算構成の見直し

4-1. クラブ奉仕 コミュニケーションの活性化
ロータリーは会員一人ひとりの職業に関する個性が交錯するところにコミュニケーションが成立する。卓話(テーブル・スピーチ)はそのコミュニケーションをする手段である。この意味で、会員の卓話を年間の例会スケジュールの中に入れ込むことが必要である。

4-2. LINEによる情報伝達の常時使用

4-3. 同好会など部外活動の再建

以上のようにまとめましたので、今後、当年度のそれぞれの委員会ならびに毎月の理事役員会で話し合いをもっていただき、企画が熟せば年度中にも実施していただくことをお願いします。

9 / 10 (1840 例会) 田子の浦清掃奉仕写真



田子の浦海岸地区 (富士宮 RC・富士宮西 RC)



原地区



田子の浦地区 (富士・新富士・吉原 RC)



千本浜海岸地区