

国際ロータリー第2560地区
ガバナーテーマ

ロータリーを学び、
ロータリーを広げよう

高田ロータリークラブ
今年のスローガン

利他の心をもって、
超我の奉仕を



奉仕しよう みんなの人生を豊かにするために

2021～2022年度

国際ロータリー会長 シェカール・メータ

2560地区ガバナー 高尾 茂典

高田ロータリー会長 中田 正

幹事 箕輪 賢一

事務局：新潟県上越市西城町2-10-25 大島ビル201号

TEL (025)526-3288 FAX (025)526-3534

メールアドレス：takadarc@joetsu.ne.jp

例会場：デュオ・セレッソ TEL (025)526-3111

広報・会報・雑誌委員会：

齋藤祐介・星 則雄・西條英夫・猪股耐真男・鈴木陽一

第 23 回例会 1 月 21 日(金)

No.22

会長挨拶

●中田 正

新潟県においても「まん延防止等重点措置」が新潟県知事より県内全域に発令され、本日より実施されます。また、「冬に逆戻りで春を待ちわびる」そんな心境になってしまいました。

新型コロナウイルス感染者を増やさない取り組みを継続的に行いながら、同時にワクチンを接種している方は重症化しにくいというオミクロン株の特性から、経済活動、ロータリー活動を止めない様に「知恵を出しながら」柔軟に対応していきたいと思っております。

新年の挨拶でも申し上げましたが、このような制約のあるピンチの環境を、新しい取り組みを行うチャンスととらえ、落ち込んだ気持ちを今一度奮い立たせ「環境に合わせて変化する試み」を果敢に行って頂ければと思います。

本日の卓話は（有）飯塚達治建設の五十嵐健一様から「きくらげの秘密」と題してお話し頂きます。まさに新しいチャレンジをしている活動についてのお話しです。ご参考にして頂ければと思います。

出席報告

94.12%

ビジター

渡邊 隆君ご同伴者 2名

委員会報告

出席ニコニコ BOX

渡邊 隆君：古野慧君（関根学園出身）の北京オリンピック出場が決まりました。同時に後援会を立ち上げましたのでご支援をよろしくお願い致します

社会奉仕委員会

オークション開催日程について

親睦委員会

1月の会員お誕生日各お祝い



幹事報告

配布物：週報No.21、ロータリーの友 1月号

回覧物：新会員推薦カード 2名

報告：1/26 合同例会延期、1/28 振替休日

有限会社飯塚達治建設 五十嵐 健一 様



2019 年、水稻からの転作作物について義父から相談がありました。大豆等は初期投資が大きいので、代わりを探すべくスーパーに行き輸入品の野菜を探し、中国産の乾燥キクラゲを見つけました。

ネットで調べると中国産の国内シェアが 94%、全国での栽培が間もない事、栄養が豊富で中でもビタミン D は全食品中トップクラスである事、しかも摂取できるのは青魚とキノコしか無い事が判明し、直ぐに菌床を購入して試験栽培を実施しました。

栽培は、菌床に数回/日の水やりだけで 3 週間後には収穫が出来、更に自宅の車庫に断熱施工を施し、家庭用ヒーターで冬期栽培にも成功しました。

そして「謙信きくらげ D でいっぱい」と商標登録申請し販売を開始。また豊富な栄養をお客様にも知って頂きたくて、全国で栽培が開始されたばかりの「白いきくらげ」で、日本で初めてとなる成分分析を信州大学に依頼。結果はビタミン D が黒きくらげの約 9 倍となり、正しく全食品中トップの結果となりました。

信州大の原教授・宇佐美教授から「日本の食生活を変える大発見レベルです！更に調べましょう」と共同研究をすることに至り、研究による特許を申請したいと思います。

今後の生産に関しては、農福連携を軸とし活動し、障害者の方々へ安定した仕事・収入を提供し、そのきくらげで農林水産大臣賞を取得してやりがいを感じて貰いたいと共に上越の名産品にしていきたいと考えています。

キクラゲ栽培の発見

黒キクラゲは栄養学的に見ると他のきのこに比べて、カルシウム、鉄、食物繊維、**ビタミンD** が豊富に含まれています。

ビタミンDは骨の新陳代謝の過程で必要とされる成分です。カルシウムの吸収促進する働きもあります。キクラゲはビタミンDや体内でビタミンDに変化するエルゴステリンに加え、カルシウムも豊富に含まれていますので、骨粗鬆症の予防や、血液サラサラ効果による生活習慣病の予防などにも効果が期待されています。

「ビタミンD」含有量	「カルシウム」含有量	「鉄分」含有量
全食品中 第1位!! ビタミンDは、カルシウムとリンの吸収を助け、血中濃度を保つ働きと骨粗鬆症等の予防になる	牛乳の 2.8 倍!! ビタミンDと相まって丈夫な骨や歯を作る	鶏レバーの 3.9 倍!! ビタミンDは、カルシウムとリンの吸収を助け、血中濃度を保つ働きと骨粗鬆症等の予防になる
ビタミンが豊富 多種類のビタミン 17種類のアミノ酸	水溶性食物繊維 全食品中 第2位!! 血糖値の急な上昇を抑え、糖尿病を予防 コレステロール値を下げる働き	豊富なコラーゲン他 多糖体も含有 腫瘍の抑制作用や免疫力も高く抗がん作用もある



成分分析結果 なんと9倍！



・カルシウム・鉄分・食物繊維の数値は

黒キクラゲの全国発表数値より少なかったが、

ビタミンDに関しては黒キクラゲの **約9倍** と高い数値となった。

アラゲ黒キクラゲ 5140 IU/100g = 128.5 μg

アラゲ白キクラゲ 46400 IU/100g = 1160.0 μg
(自社栽培)

一日の必要ビタミンD 4000 IU/日

1 μg = 40IU