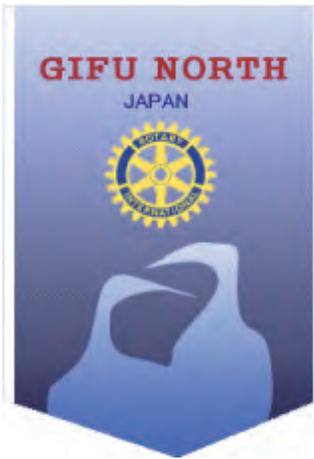


岐阜北週報



3月

識字率向上 月間

<input type="checkbox"/> 題 字	永瀬 章	<input type="checkbox"/> 会 長	永瀬 章	
<input type="checkbox"/> 例 会	毎週水曜	<input type="checkbox"/> 副会長	塚原 進	2008-2009
<input type="checkbox"/> 会 場	岐阜都ホテル	<input type="checkbox"/> 幹 事	岡田 忍	No.1298
		<input type="checkbox"/> 委員長	山口 八郎	09.03.25 発行

前回の記録

第 1298 回例会 3/18 (水)
卓話
「私の人生観」
担当：西垣・(森本)

本日の予定

第 1299 回例会 3/25 (水)
献血例会 (例会変更)
担当：社会奉仕委員会

次回の予定

第 1300 回例会 4/1 (水)
慶祝行事
クラブフォーラム (10)
担当：会報・広報委員会

会長挨拶 【永瀬 章 会長】

先週は、温泉について及び温泉の泉質について話をさせていただきました。本日は温泉の泉質による効能や、各地の温泉の特質などについてお話したいと思います。

日本人は「風呂好きの民族」だとよく言われます。確かに家庭で、仕事が終わった後に、汗や埃に汚れた体を洗い流し、湯船にゆったりと浸るのは本当に気持ちのよいものです。ましてや素晴らしいロケーションの温泉地へ行き、沈む夕日や聳え立つ山々を眺めながら、浴槽に満々と湛えられた温泉に浸ることは正に至福の一時だと思います。温泉を利用する人は様々ですが、疲労を回復させる「休養」、健康を保持し病気を予防する「保養」、病気の治療をする「療養」の三つに分類され、これを温泉の「三養」と呼んでいます。そこで、温泉ならびに温泉地は人間の身体にどのような影響を及ぼしているのでしょうか。

1. 含有成分による効果：これが一番の大きな効果だと思いますが、温泉中のガスやイオンなどが体内に吸収されて現れる効果です。温泉の成分が皮膚から吸収され、血液に入って全身に行きわたり、皮膚・皮下組織・筋肉などの細胞に作用すると同時に、神経系にも作用するものです。

2. 変調効果というものがあり、これは体内に吸収された温泉成分の刺激により、神経系

統の調整や内分泌機能の調整をする作用があるそうです。これ以外にも温熱浮力、水圧などによる物理的な効果もあるそうです。温泉は病気や怪我を治すために利用されます。このことを「湯治」と言い、古くから行われています。医学的には温泉療法と言われているのですが、これはどんな症状にも温泉が効くということではありません。温泉療法には実施してもよい病気や症状、実施してはいけない病状・症状があり、それぞれこれを適応症、禁忌症と呼んでいます。適応症は一般的に慢性の病気や症状が該当します。これに対し温泉療法をしてはいけない禁忌症は、急性の疾患や感染症が対象になるようです。大体、抗生物質を使用している病気にはよくないようです。

そこで、全国数ある温泉地のベスト100選からベストテンをピックアップしてみました。

- | | | |
|--------|-------------|-------|
| ①草津温泉 | ②登別温泉 | ③指宿温泉 |
| ④湯布院温泉 | ⑤黒川温泉 | ⑥別府温泉 |
| ⑦下呂温泉 | ⑧有馬温泉 | ⑨道後温泉 |
| ⑩鬼怒川温泉 | となっているようです。 | |

次ページにて、上位3位までの温泉の効能について説明致します。

温泉の効能

①草津温泉

草津温泉は、古く江戸時代から天下の三名泉のひとつに数えられ、酸性泉で効能は皮膚病・神経痛・糖尿病ほか多種多様といわれ、恋の病以外は全てに効くと言われていています。さすが草津温泉です。

②登別温泉

二番目にランクインしている登別温泉は、その湧出量は一日一万トンと言われ、原泉の温度は40～90℃と高く、泉質は様々であり「温泉のデパート」と言われています。慢性の気管支炎や動脈硬化、皮膚病、慢性婦人病に効きますまた、珍しいものは、粘膜の炎症、水虫、ジンマシンなどに効能がある湯もあるそうで、正に温泉のデパートと言われる所以です。

③指宿温泉

三番目の指宿温泉ですが、ここは全国でも珍しい「砂むし温泉」で、神経痛・腰痛・脳卒中の後遺症による疼痛やこわばりを伴う疾患に効果があるそうです。ここでは、約30kgの砂を体にかけて、約50℃の中で15分から20分間入ることにより、普通の温泉の3倍～4倍の血液の循環を促すそうです。その結果、体内の老廃物の排出や、発痛性物質の洗い出しができるそうです。

最後になりますが、地元岐阜県で唯一ベストテン入りしている下呂温泉は、湧出温度が約84℃と高く、泉質はアルカリ性単純泉で無職透明のほのかな香りで、入浴するとお肌がのようにすべすべになります。適応症としては、リュウマチ性疾患、運動機能障害、神経麻痺、神経痛に良いそうです。

全国には沢山の温泉地があります。いよいよ行楽シーズンでもありますから、国からの給付金もまもなく入ることですので、皆様、どしどしとお出かけ下さい。

【卓話】

卓話：担当者 西垣康紀

演題：私の人生観

内容：学生時代の学んだ娯楽

社会人として見た観点

自営業の紹介

(安全対策 現物工具の紹介と解説)

出席報告【会員数 37 名】

出席者：29 名

出席率：29/37 78.38%

欠席数：8 名

(出席免除)：5 名 91.90%

ニコニコBOX (敬称略)

郷 昇 第2回囲碁大会終了しました。

森本時夫 卓話に感謝

西垣康紀 卓話です。よろしく

原尾 勝 献血例会よろしく

安藤武司 ドライバー入手

(5 名)

各委員会報告 (敬称略)

○原尾社会奉仕委員長

来週25日は例会変更で献血例会ですので御案内場所へユニフォーム持参で参加のほどを。

○谷田親睦・交流委員長

BOXによる多くの参加を。

○波多野ゴルフ同好会

BOXによる多くの参加を。

次回例会のご案内 4/1 (水)

クラブフォーラム (10)

担当：会報・広報委員会

担当／クラブ会報委員会 片桐順一郎

第7回 岐阜北RCゴルフ同好会成績表

開催日 平成21年3月19日(木)
開催地 岐阜セントフィールドカントリークラブ



順位	氏名	OUT	IN	グロス	NET
優勝	山口 八郎	41	48	89	79
準優勝	小森 保敏	51	56	107	81
第3位	西垣 康紀	42	47	89	82

ベストスコア賞	山口 八郎	
ニアピン賞	山口 八郎	安藤 紳一郎
	片桐 順一郎	
ドラコン賞	長野 鉄司	波多野 光裕