Rotary 第2820地区
Tsuchiura South Rotary Club Weekly Report 編集 土浦南RC会報委員会

土浦南ロータリークラブ 週報

キララまつり　山車競演

会長 稲野邉 穣　幹事 高野 和彦
■ 例 会 場　ホテルマロウド筑波
TEL.029-822-3000
■ 例会日時　火曜日　12:30～13:30
■ 事 務 局　土浦市真鍋 1-2-6 金塚ビル 3F
TEL 029-823-4524 FAX 029-869-9006
■ ホームページ　http://tsuchiura-src.jp
■ Eメール　info@tsuchiura-src.jp

2018～2019年度
国際ロータリーテーマ

インスピレーションになろう

地区 HP　地区行事予定

2018年 8 月28日　7 号
2018年 8 月21日　第 2 例会報告

1．点　　鐘　稲野邉会長
2．ロータリーソング斉唱
（奉仕の理想）
3．幹事報告　高 野 幹 事
4．委員会報告
5．ニコニコボックス発表　塚﨑副ＳＡＡ
6．出席状況報告　出席委員会
7．新会員卓話（1）　山内昌美会員
8．新会員卓話（2）　大山和美会員
9．点　　鐘　稲野邉会長
10．ロータリーソング斉唱
（4つのテスト）

（司会進行　阿部ＳＡＡ）

本日のプログラム
勝田達也会員より「土浦市政報告」を伺います。

次週のプログラム
９月４日(火)の例会は，米山記念奨学生 董然君からお話を伺います。(10月の米山月間は準世話クラブ岩瀬ＲＣへ出席の為)

出席状況

会員数	出席数	出席免除	出席率	全員出席卓	3名以上欠席卓	メークアップ	出席訂正率
名	名	名	%	卓	卓	名	%
93	60	8	65.22	なし	1・2・5・6・8	10	76.09

【委員会報告】

ゴルフ同好会

渡　邉　勝　男　会員

今月 30 日に行われる同好会ゴルフコンペの組合せ表を参加者のレターボックスに入れましたので，よろしくお願いいたします。集合時間は 8 時 30 分厳守でお願いします。

また，1 名欠席となりましたので，参加できるという方は参加を受け付けますので，宜しくお願いいたします。

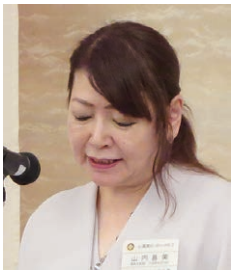
ローターアクト委員会

木　村　英　明　委員長

8 月 24 日（金）8 時より，キララ祭りの打ち上げを兼ねた納涼会を行うと連絡が来ました。場所は，秀門さんでやりたいと思っていますので，ご参加いただける方は宜しくお願いいたします。

【新会員卓話（1）】

山　内　昌　美　会員



皆さん，こんにちは。山内です。私は，二年前に南ロータリーに入会させていただきました。

本日は，新会員卓話ということですが，私はあいにく特別な趣味も教養も持ち合わせていないので，いろいろ悩みましたが，お酒と料理にまつわる雑学を少しお話ししたいと思います。

「料理のさしすせそ」と言えば味付けの順序で，砂糖，塩，酢，醤油，味噌の順に入れるのが良いとされていますが，これにはちゃんとしたわけがあるのです。

食塩は砂糖よりも分子量が小さいので，食品の内部まで早く浸透します。そのため，砂糖より塩を先に入れると，食品の中に塩が入り込んで，後から入ろうとする砂糖を受け付けず，砂糖がしみこみにくくなってしまいます。さらに，塩には食品中の水分を引き出して組織を引き締め固くする傾向もありますから，余計に砂糖は馴染みにくいというわけです。料理のさしすせそで作ったキンピラごぼうはおいしいですよね。ゴボウは繊維質が多く，ファイバー食品の元祖とも言うべき存在です。へたな健康食品よりよほど便秘症に効果があり，アルカリ性食品なので，塩分を取り過ぎる人にも最適です。その香りと歯ごたえの良さで，キンピラ，かやくご飯，たたきゴボウ，かき揚げ，そしてお正月のお煮染めなど日本人の食卓に欠かせない食べ物となっています。

ところが，このゴボウを食べるのは，意外にも日本人だけ。戦時中の日本の捕虜収容所でアメリカ人やイギリス人捕虜の食事にゴボウを出したところ，戦後「木の根を食べさせた」として，捕虜虐待の罪で戦犯になったというエピソードがあるそうです。

原産地は中央アジアで，中国から薬用植物として入ってきたもので，日本で改良し野菜として食べるようになったのが，そもそもの始まりです。いつでも出回っているゴボウですが，旬は梅雨の季節，6 ～ 7 月です。頭の先に緑の茎が付いた新ゴボウは，柔らかく瑞々しく一年中で一番おいしいのは言うまでもありません。

今年の夏はまさに猛暑でまだまだ暑い日も続きそうですが，秋になるとおいしいものがたくさん店先に並びますが，中でも秋なすは煮て良し焼いて良し，とてもおいしいものです。そんな秋なすを「嫁に食わすな」なんて意地悪なお姑さんだと思ったら，それは誤解だそうです。漢方の世界では，自然界のあらゆるものを陰と陽に分けますが，ナスは強い陰性を持った食べものと考えられています。このため，これから子どもを産まなければならないお嫁さんには，そんなものは食べさせられない，強く元気な子を産んでほしいという願いから出たのが，このことわざだというわけです。実際，ナスにはソラニンという成分が含まれていて，これを体内にたくさん取り込むと身体が冷えて流産しやすくなるとも言われています。

つまり，嫁の身体を思ってできたことわざなのに，嫁いびりのように受け取られているのは誤解だというわけですが…。それにしても秋なすはおいしいのであります。

次はお酒の話です。

同じ酒好きでもその飲み方によって，体に与える影響はずいぶん違ってきます。いい例が肝硬変です。これは，酒飲みがかかりやすい怖い病気のひとつですが，どちらかというと「一人酒場でむっつりと」というような暗い酒の人に多いのです。一人で暗く飲む酒がいけないのは，ストレスを増すだけだからです。たとえ心の憂さを晴らすため，精神的ストレス解消のために飲むのであっても，肉体的には酒を飲むことそのものが，かなりのストレスなのです。

胃は休めないし肝臓も疲れます。心臓にも負担がかかります。そこにさらにストレスを持ち込んだらどうなるか。胃が胃液を過剰に分泌し，潰瘍になる恐れもあります。悩み事を引きずって飲む酒，飲みたくもない相手と飲む酒，やけ酒など，いやいや飲む酒は禁物。飲むなら楽しき明るく飲むことです。

「酒の味がまずくなるからつまみはいらない」という屈強な酒飲みがいます。確かに味の点ではそうかもしれませんが，それでは体がもちません。肉や魚，豆腐など，タンパク質を含んだつまみを取ることが絶対必要です。

胃に入ったアルコールの90％は，肝臓でアルコールデヒドロゲナーゼという酵素によって解毒されます。タンパク質が不足しているとこの酵素が十分に作られないので，解毒されないままアルコールが体中を駆け巡ることになります。また，肝臓を使いすぎて，一時的に悪くしたときでもタンパク質を十分に取っていればすぐに修復しますが，不足した状態が長く続くと悪くなる一方です。タンパク質の摂取量が一日40gで大酒を飲み続けるとほとんどの人が肝硬変になるが，80g以上摂っていればアルコール性肝炎にとどまっているという恐るべきデータもあるそうです。

タンパク質は，酒飲みにとって最後の最後まで体を守ってくれる心強い味方なので邪険に扱ってはいけません。肝硬変になりたくなかったら，枝豆でも冷ややっこでもいいから，タンパク質を含んだものを食べることです。

その他，ビタミンB1の補給も大切です。アルコールや，それが体内で変化してできたアルコールアルデヒドを代謝する酵素はビタミンB1を多く含むので，酒を飲んだときはいつにも増してビタミンB1を必要とします。ビタミンB1は豚肉に多く含まれています。大酒飲みの人は日ごろから豚肉料理を食べるようにしておけば，タンパク質もビタミンB1も補給できて，一石二鳥です。

私事ですが，7月で綺羅も無事に一周年を迎えることができました。毎日15種類くらいのバランスの良い酒の肴をご用意しておりますので，むっつり一人でつまみもなく飲まないで，

そんな日は楽しく飲みに来てください。
　つまらないお話しにお付き合いいただき，ありがとうございました。今年は出席委員なので，お休みせずにできるだけ早く出席しようと思っています。
　今後とも，よろしくお願いいたします。

【新会員卓話（2）】

大　山　和　美　会員

　こんにちは。司法書士の大山です。皆さん，ご承知でしょうが，私はかすみがうら市（旧千代田町）で司法書士事務所を開いております。
　私は平成 8 年度の試験に合格し，横浜と柏の事務所で修業した後，平成 11 年に開業いたしました。試験に合格してから 22 年。開業してから来年で 20 年になります。
　皆さん，事業をされている方ばかりなので，司法書士事務所に行ったり，また仕事を依頼された方も多いと思います。皆さんがイメージする司法書士の仕事というと，不動産や会社の登記のイメージが強いのではないでしょうか。実際，大半の司法書士は登記をメインに仕事をしております。
　今回は皆さんに「司法書士のことがわかる本」というものをお配りさせていただきました。登記以外にも，「司法書士はこんなことができる。」というところを，お伝えできればと思っております。
　平成 14 年の司法書士法の改正により，法務大臣の認定を受けた司法書士（認定司法書士）に簡易裁判所の訴訟代理権が認められました。簡易裁判所では，訴額 140 万円以下の民事事件を取り扱っています。例えば，12 ページに記載されている「ネットオークションで買った商品が届かない。」「友人に貸したお金を返してもらえない。」「アパートの敷金が返ってこない。」などです。
　実際は「過払い金請求訴訟」「特定調停や自己破産」等の債務整理がほとんどです。
　そしてもう一つが平成 16 年に制度化された「成年後見制度」です。現在，司法書士会では「公益社団法人成年後見センター・リーガルサポート」という団体を立ち上げ，設立以来多くの司法書士が家庭裁判所から後見人や後見監督人に指定されております。
　成年後見には「法定後見」と「任意後見」があり，「法定後見」とは裁判所の手続によって後見人が選任される制度です。例えば，未成年者の場合，通常親権者である親が未成年者の財産管理を行うのですが，親権者がいない場合，裁判所が後見人を選任して未成年者を保護します。また，精神障害等で判断能力が不十分な人の場合等も裁判所が後見人を選任して保護します。法定後見は，判断能力がすでに失われたか又は不十分な状態であるため自分で後見人等を選ぶことが困難な場合に，裁判所が後見人を選ぶ制度ということです。
　これに対して「任意後見」は，まだ判断能力がある程度（後見の意味がわかる程度）ある人が，自分で後見人を選ぶ制度です。認知症に罹患して，いわゆるボケてきますと，自分の財産の管理ができなくなり，いくらお金を持っていても自分ではお金が使えない状態になります。また，病院等で医師の治療等を受けようとしても，医師や病院と医療・入院契約を締結することができず，治療等を受けられなくなる恐れもあります。そこで，自分の判断能力が低下した

場合に備えて，あらかじめ，自分がそうなったときに，自分に代わって財産管理や必要な契約締結等をしてもらうことを自分の信頼できる人に頼んでおけば，すべてその人（「任意後見人」と言います）にしてもらえるわけで,安心して老後を迎えることができることになるわけです。

このように，自分が元気なうちに自分が信頼できる人を見つけ，その人との間で，もし自分が老いて判断能力が衰えてきた場合等には，自分に代わって財産管理や必要な契約締結等をしてくださいとお願いしこれを引き受けてもらう契約が，任意後見契約なのです。

「過料の制裁」

会社法上，会社の登記事項に変更が生じた場合，2 週間以内に変更登記を申請しなければならないと定められています（会社法第 915 条第 1 項）。

ただし，2 週間の登記期限を越えて登記申請したすべての会社が必ず過料の制裁を受けるわけではないようです。実際のところ，どのような基準で過料の制裁を与えるのかは明らかではありません。数年間放置して登記申請したのに過料の制裁がなかった会社，1 年間放置後に登記申請して過料の制裁を受けた会社など，様々なケースがありますので一概には大丈夫だとか危ないとかは言えません。

とは言っても，やはり 1 年間放っておいた登記申請よりも数年間放っておいた登記申請のほうが高い確率で過料の制裁を受けるようですので，早い段階で登記申請をした方がいいに決まっています。

過料の金額が，裁判所が 100 万円以下の範囲で決めることとなりますが（会社法第 976 条 1 項参考），こちらも同様に基準が明らかにされているわけではなく，登記期限が過ぎれば過ぎた分まで金額が高額になるような運用がされているようです。実際のところ，100 万円満額の過料の制裁というのは聞いたことがありません。あくまでも私の感覚ですが，数万円から 10 万円の範囲での過料の制裁が多いように思います。

現在，平成 18 年の会社法施行によって，非公開株式会社では取締役と監査役の任期が最長 10 年まで伸長できるようになりました。つまり，平成 18 年以降に設立された会社は役員の任期を 10 年としていることが多いかと思われます。ご自身の会社の定款を今一度ご覧ください。役員の任期は何年になっていますか。登記懈怠となっていませんか。

最近の話題として空き家問題があります。そもそも空き家とは「建築物又はこれに付属する工作物であって，居住その他の使用がされてないことが，長期間にわたって継続されている状態であるもの及びその敷地」です。

空き家を放置すると，建物の倒壊，放火による延焼，不法侵入や犯罪に用いられる等，ゴミの放置や不法投棄によりネズミ，害虫が発生し，地域住民の日常生活に支障を及ぼす恐れがあります。また，立木の枝が近隣の敷地又は道路にはみ出し，近隣住民や通行人の妨げになったりもします。

空き家の名義人が不明等の場合，「不在者財産管理人」を選任して遺産分割をする等の手続きをします。あるいは判子を押してくれない相続人がいる場合，遺産分割調停の申し立てをしています。

今までは空き家を放置していても罰則はなかったのですが，近年は変わりまして，空き家の持ち主あるいは相続人に責任が発生してしまうことが多くなっています。行政が特定空き家と認定すると，行政が介入でき，修繕，撤去，解体等ができるようになり，その費用を持ち主なり相続人なりに請求できるようになっています。また特定空き家に指定されると固定資産税の

軽減措置もなくなります。空き家の対策の支援として，相談会や勉強会等を行政とともに司法書士が行っています。

司法書士は登記以外にもいろんな仕事をしておりますので，弁護士ほど敷居は高くないと思っておりますので，もし何かありましたら，お近くの司法書士に相談に行っていただければと思います。

本日はどうもありがとうございました。