

ROTARY CLUB OF

NARA—WEST

DISTRICT WEEKLY BULLETIN
2650 No. 2479

2023. 6. 29

創立 1969年(昭和44年)12月13日

例会日 毎週木曜日18:00より

事務所 〒630-8001 奈良市法華寺町254番地

例会場 奈良ロイヤルホテル内

TEL 0742-34-1131 FAX 0742-30-2000

2022～2023年度
国際ロータリーのテーマ

2022～2023年度
地区のスローガン



「感動、感激、そして感謝」

国際ロータリー会長
ジェニファー E. ジョーンズ

RI第2650地区ガバナー
尾賀 康裕



霊山寺 増長天

会 長 渡邊 巖	副 会 長 吉村 信男	会長エレクト 中西 吉日出	直前会長 植野 洋志	幹 事 相澤 万裕子
会 計 東山 光秀	会場監督 加藤 又弘	理 事 福川 益則	理 事 寺田 信弘	理 事 安井 清悟
理 事 内藤 源美	会報委員長 金田 宗寛			

今月は ロータリー親睦活動 です

第36回(2479回)例会プログラム令和5年6月29日(木)

1. 開会宣言 点鐘
2. ソング 「我等の生業」
3. 来訪者紹介
4. 出席報告
5. 会長の時間
6. ニコニコ報告
7. 委員会報告・幹事報告
8. 「会長・幹事退任挨拶」
9. 閉会宣言 点鐘

第35回 (2478回) 例会報告 2023. 6. 22

ソング

「ロータリーって何だろう」

来訪者紹介

浦島 睦 様 奈良東RC会長・地区国際交流委員長
谷口 宗彦 様 奈良東RC
孫 宇彤 様 米山奨学生

出席報告

	会員数	出席計算 免除会員数	出席会員数	欠席者数	出席率
通 算 2478 回	42	4/8	26/34	8	79.0%
通算2476回修正	41	8/8	33/33	0	100.0%

会長の時間 (渡邊会長)

皆さん、こんばんは。先程は品川賢太郎・新入会会員の入会式が執り行われました。品川会員、奈良西RC一員として今後とも奉仕活動等ご協力よろしくお願いいたします。また本日17時より第4回クラブアッセンブリーが開かれ、2022～23年度の総括が行われました。会員の皆様、御出席・御発表ありがとうございました。また先日11日(日)は琵琶湖のフィッシングパーク高島の泉で第3回家族親睦移動例会があり、楽しい1日を会員及び御家族の方と過ごすことができました。ご参加の皆様ありがとうございました。

本日の会長の時間は、**認知症**についてお話いたします。高齢化に伴い認知症の人が増え続けています。厚生労働省の発表によれば、その数は2025年には**約700万人**に達し、65歳以上の高齢者の約5人に1人が認知症になるといわれています。認知症は誰にとっても身近な問題となっています。認知症になると、ささいな事で突然怒り出す、何度も同じことを言う、家族の顔がわからなくなるなど、一見不可解な言動が目立つようになります。ケアをする人の中には、イライラしたり、途方にくれたりして、心身ともに疲れ切ってしまう人も多いと思います。認知症とはどのような病気なのでしょうか？

認知症とは、脳の変性疾患や脳血管障害によって脳神経細胞が変性、障害をうけ脳の働きが低下し、記憶や思考などの認知機能の低下が起こり、日常生活に支障をきたす病気です。認知症の主な原因疾患は、脳の変性疾患である**アルツハイマー病**が一番多く、次いで、脳梗塞や脳出血などの脳血管障害によって起こる**脳血管性認知症**が多くみられます。その他にはレビー小体の変性による**レビー小体型認知症**や、ピック病による**前頭側頭型認知症**などがあります。65歳未満で発症すると若年性認知症と言われます。

症状は、もの忘れをはじめとする**記憶障害**、時間・空間・自分の置かれている状況がわからなくなる**見当識障害**、これまででできたことができなくなる**実行機能障害**、言葉や認識力の低下がみられる**認知機能障害**といった**中核症状**に加えて、認知症の行動・心理症状に関する**周辺症状(BPSD)**と呼ばれる不安、幻覚、幻聴、妄想、うつ症状、興奮、

暴言・暴力、徘徊などの症状もみられます。

認知症と物忘れの違い: 認知症の主な症状としてももの忘れがありますが、健常人にも、もの忘れは起こります。正常なものの忘れと認知症のものの忘れの違いは、認知症のものの忘れは、「自分の家がわからなくなる」、「ご飯を食べたこと自体を忘れる」、「忘れたことに気づかない」、「直前のことを覚えていない」など、日常生活に支障をきたす出来事が起こります。

原因では、認知症全体の6割程度を占めるアルツハイマー病では、脳にアミロイドβとタウと呼ばれるたんぱく質がたまり、脳の神経細胞が障害され数が減少していきます。高齢者にみられる通常のアルツハイマー病では遺伝的な素因と後天的な因子の両者が複合的にリスクになって発症するものと考えられています。アルツハイマー病の次いで多いといわれている血管性認知症は、脳出血、脳梗塞、くも膜下出血など脳血管障害で脳が損傷されることが原因になります。レビー小体型認知症では、脳の神経細胞にαシヌクレインというたんぱく質がレビー小体と呼ばれる構造をつくって蓄積することにより神経細胞が障害されることが原因になります。そのほかにもいろいろな病気が認知症の原因になりますが、**慢性硬膜下血腫**や**正常圧水頭症**といった病気では、脳神経外科で手術治療を行えば症状が著しく回復する認知症もあります。また意識障害や**抑うつ状態**のときにも認知症と似た症状を示すことがあります。症状の経過から認知症が疑われる際には、認知機能検査(長谷川式スケールとMMSE)、CTやMRIなどの画像診断で脳内に病変がないか、脳が委縮していないかを確認めます。また血液検査でビタミン不足や甲状腺機能の異常などを調べます。

治療は、**薬物療法**と、**ケアやリハビリテーションによる治療**があります。アルツハイマー病やレビー小体型認知症のように、脳の中に異常なたんぱく質の蓄積がみられ神経細胞が徐々に障害されていく病気では、現時点では根本的な治療効果がある治療薬はありません。しかし、残っている神経細胞を励まして症状を改善させるような治療薬(症状改善薬)を使用することができます。血管性認知症では、脳梗塞や脳出血などの脳血管障害の原因となる、高血圧・糖尿病・脂質異常症・不整脈などの病気をきちんとコントロールし、脳血管障害の再発を防ぐ治療をすることが大切です。また行動・心理症状(BPSD)が強く現れて困っているような場合には、ケア面の整備を行うとともに、必要に応じ症状を軽減させるような精神科の薬物の投与を行います。全体的にみると**薬物療法の効果は限定的な場合が多く、ケアやリハビリ**といった薬以外のアプローチが大切です。リハビリでは、精神療法や作業療法や音楽療法などで残された脳細胞の活性化を図ることなどが行われています。**認知症の方とのコミュニケーションの基本は、怒らない、否定しない、共感する、**の三つです。認知症の方の言葉には、昔と今が混在していたり、妄想が入っていたり、健常者には異常と感ずることが少なくないのが現実です。しかし、それは本人が実際に認識している世界で、健常者の世界観で、一方的に否定して相手の**プライド**を傷つけてはいけません。まずは怒らずに、否定せずに、相手の**人格を尊重**しつつ、共感しながら話を聞くことが大切です。内容が間違っているときはやんわり正し、また話題を変えることも必要です。

予防は血管性認知症については、脳血管障害の原因となる生活習慣病を予防する**よい生活習慣**(バランスのよい食事や運動習慣)が大切です。さらに近年、よい生活習慣を身につけることは、血管性認知症ばかりでなく、もっとも多いアルツハイマー病の予防にも有用であることが示唆されています。また加齢による物忘れを防ぐには、**前頭葉の働きをよくすることが大切です**。計算問題を速く解いたり、活字を速く読んだりすることがお勧めです。難しい計算問題をゆっくり解くより、簡単な問題を速く解く方が前頭葉の機能を高めます。活字は音読すると、脳がより広範囲に活性化されます。またスマホを使わない時間を作り、自分で能動的に考え調べることが大切です。スマホに何でも頼ってしまうことは、前頭葉の働きを抑制していることがわかりました。注意してください。これで会長の時間を終わります。

さて本日の卓話は、奈良東RC・浦島 睦会長に国際奉仕活動についてお願いしております。今後の奈良西RC国際奉仕活動の参考になればと考えています。浦島会長よろしく願いいたします。

地区委員委嘱状交付

国際ロータリー第2650地区 2023-2024年度
インターアクト委員・学友会委員 下村由加里会員
インターアクト委員 寺田信弘会員



新入会式



品川賢太郎様
ご入会おめでとうございます

幹事報告 (相澤幹事)

例会変更情報は入り口横に掲示していますのでご確認ください。

ニコニコ報告

渡邊巖会長

本日は17時から第4回クラブアッセンブリーへの御出席・御発表ありがとうございました。例会では、品川賢太郎新入会・会員の入会式があります。品川会員おめでとうございます。又、卓話は奈良東RC浦島睦会長の国際奉仕についてです。浦島会長よろしくお願い致します。

吉村信男P会長・谷垣嘉輝会員・猪上正孝会員・内藤源美会員・下村由加里会員・植野洋志P会長・東山光秀会員・笹本麻琴会員・野阪幸男会員・小松玲子会員・寺田信弘会員・木村和弘会員・岡崎義幸会員
本年度最終クラブアッセンブリーお疲れさまでした。

卓話

「奈良東RCの国際奉仕活動について」

奈良東RC会長・地区国際交流委員長 浦島 睦 様

奈良西ロータリークラブの皆様こんにちは。
奈良東ロータリークラブ会長の浦島でございます。よろしくお願い申し上げます。

本日は国際奉仕活動について卓話をさせていただきます。
今年度は地区国際交流委員長も兼任させていただいておりますので、初めに5月25日から開催されましたメルボルン国際大会の報告と自クラブが2月に実施しましたラオスでの国際奉仕活動の話させていただきます。

先ず、今回のメルボルン国際大会登録者は世界全体で12816名、日本からは1534名で、当地区は95名でした。まだコロナの影響からか、トロント、ハンブルクの半数にも及ばない数字で、早くも次年度のシンガポール国際大会に期待が寄せられています。

5月28日7時から日本人朝食会があり、尾賀ガバナーご夫妻、中川基成ご夫妻と出席致しました。
続いて10時から本会議開会式がロッド・レーバー・アリーナでありました。



また同日19時から開催致しました地区親睦夕食会では、86名の参加者さんで大いに賑わいました。因みに、地区内の府県別の参加者は、奈良49名、京都22名、滋賀10名、福井5名でした。



メルボルン国際大会夕食会
5月28日(日) 19時~21時
インターコンチネンタル メルボルン ザ リアルト



次に当クラブで2月15日から19日まで開催致しました、国際奉仕事業を報告させていただきます。
この事業は開始してから四回目となります。発端は、私が地区国際奉仕委員長時の刀根ガバナ一年度に、ラオスで大規模なポリオミッションが開催され、地区内からおよそ100名の参加者で現地の子ども達約2000人にポリオワクチンの経口投与、及び教育支援を行いました。その際、現地の人々を始め保険省、教育省、WHOから、「ラオスへの支援は単年で終わらないでほしい」と嘆願されたことがきっかけです。
ポリオも根絶に近づいており、ワクチン接種も注射に代わってきている現状を踏まえて、ポストポリオ事業を模索しておりましたところ、WHOより住血吸虫根絶事業の提案を頂きました。この事業も子ども達への投薬が必要であるとの事で、ロータリーらしいロータリーでしかできない事業であると考え、自クラブに嘆願して2017年、八日市南RCさんと合同で第一回目の事業を実施しました。
その後、地区補助金を活用し今年度三回目の事業を現地で行いました。いつも、県下のクラブさんがご参加いただいておりますが、今年は平城京RCさんと桜井RCさんが7名出席くださいました。
次年度も実施する予定でございますので、是非とも奈良西クラブ様からも是非ともご参加賜りたく存じます。

奈良東ロータリークラブ国際奉仕事業

ラオス コン地区における
住血吸虫根絶活動について

2023/4/13
2022~2023年度 奈良東ロータリークラブ
会長 浦島 睦

住血吸虫症

- 1省(Champasack省)2県でのみ蔓延
- 血便や下痢、貧血や栄養失調のほか、進行すると、肝臓肥腸や脾臓肥腸、肝硬変、膀胱癌などを引き起こす

住血吸虫のライフサイクル

- 感染者の排泄物を通して虫卵が川や池に到達。特定の巻貝の中で幼虫となり、その川や池に入っている人の皮膚から人体に侵入して感染
- 毎年の集団駆虫で感染率を抑えることに成功している
- しかし、人々が外で排泄し、中間宿主である巻貝のいる川や池へ入り続ける限り、伝播を止めることは不可能

住血吸虫根絶のために、一人ひとり
その場で薬を飲んでもらいます。



住血吸虫根絶のために、一人ひとり
その場で体重を計測し、薬の量を決めます



子供達一人ひとりに手渡しします。
確実に子供達に物資を渡すこと、
「触れ合い」を通して私達がなぜか感動します



卓話(続き)

貧しいながらも礼儀正しい子供達に感動します



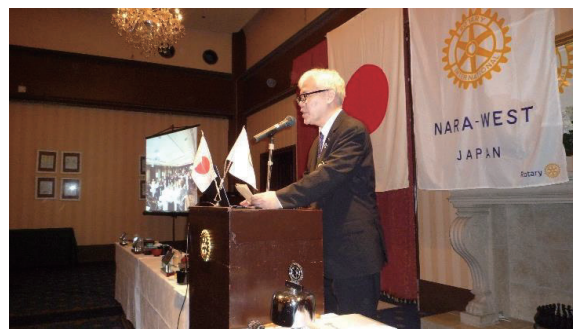
どの小学校の子供達も礼儀正しく愛らしいです



文房具を買うお金もない子供達へ
貧困の連鎖を断ち切る、未来を創る活動です



4小学校に訪問、計6校の子供達に物資提供



Rotary
Club of Nara-West

第4回内輪会



6月15日(木) 万壽ゴルフクラブにて



丸山会員 優勝おめでとうございます



第1回（通算2480回）例会予告
例会日 令和5年7月6日（木）

第3回理事会

卓話：「会長・副会長・幹事・SAA・会計
今年度運営方針発表」