



国際ロータリー
第2620地区

<https://www.gotemba-rc.gr.jp/>

御殿場 ロータリークラブ

週報



御殿場
ロータリークラブ
モバイルサイト

第2771回 例会プログラム

- 例会場 / YMCA 東山荘講堂
- 開会点鐘 / 18:00
- ローターソング / 我らの生業
- 内容 / クリスマス家族会 親睦活動委員会

会員慶事

- 夫人誕生日 / 12月18日 石川又英君 ご婦人 つな子様
- 結婚記念日 / 12月12日 鎌野篤志君 純子様 ご夫妻

会長挨拶

澁谷 一



年次総会が無事、終了しました。全メンバーの承認により、本日の例会後の被選理事会から、2025-2026年度豊山篤会長予定者が本格的に動き出します。

さて、12月のロータリー月間テーマ「疾病予防と治療月間」になります。本日の卓話は、保健師の神山裕加様をお迎えして、「認知症の傾向と対策」がテーマです。このテーマは平均年齢65・66歳の御殿場クラブとしては、丁度良いタイミングかなと思います。

認知症は、私は両親と同居して身近に感じられる疾病と感ずることができましたが、他人事でなく、まずは、自分で意識することが大事と感じます。

ロータリーの友12月号で、このテーマに関する特集をしていました。日本の医師の数は、世界32位と先進国のなかでも低水準のようですが、長生きなのはどのようにでしょうか？ 静岡県は、色々なランク（健康寿命、寿命、医師の数、がん罹患率、主な疾病）のベスト3、ワースト3に入っていないので、平均的な県と思われそうですが、クラブのメンバーに多い歯科医師に関する事で、調査対象の12歳児の虫歯の数は、虫歯の無い方でベスト3に入っていましたので、皆、職業奉仕をたくさんしている成果かなと少し、感心しました。

さて、高尾山が終わり、師走に入りました。先週の高尾山関連で追加の話をします。私の住む小山町菅沼の日吉神社でも、恒例の高尾山祭典を行いました。昔から神社総代や宮代理人によって、この祭りは行われ、商売繁盛のお飾り販売やそばの出店などで賑やかでしたが、時代の変化と共に規模縮小になり、他地区同様にお祭りが無くなる寸前まで行きました。私が所属している「めいさん会」という会があり、30年前に地元

の若い商工業者により結成、10年前から高尾山のそば等の出店業務を引き継いで現在に及んでいます。旧御殿の祭典には到底及びませんが、地元、明倫小エリア中心に、現在は、ガーデンテーブル160人分のレンタル等も行い、地元イベントを盛り上げるような活動をしています。メンバーの皆様も、年末、年始にかけて地元の神社、お寺、地区事業で大いに活躍されることを祈念して会長挨拶とします。



会長挨拶はこちら



～年次総会～

12月5日の例会前に「年次総会」が行われ、次年度の役員理事の選出が行われました。



澁谷 一 会長



勝又博文 SAA

12/5の出席報告

会員数	出席計算に用いた会員数	出席者数	暫定出席率	前々回の確定出席率
56名	53名	44名	83.02%	100%

欠席者 (9名)

長谷川雅也君・池谷 正徳君・柏原 大地君
根上 眞一君・斉藤 礼志君・嶋田 康一君
高橋 隆造君・田代 明人君・山内 剛君

※やむを得ず欠席される方は、午前9時50分までにご連絡下さい。



THE MAGIC OF ROTARY
ロータリーのマジック

次回
12月19日の
例会

★YMCA 東山荘講堂
★12:30
★上半期を顧みて(会長、幹事、SAA)
プログラム委員会

認知症の傾向と対策

御殿場市 地域包括支援センター富岳 神山裕加様

地域包括支援センターは高齢者の相談窓口として地域で活動しています。相談内容は主に介護保険全般についてですが、最近では認知症に関わる相談も増えています。

認知症についてネガティブな印象を持っている方が多いと思います。認知症は、原因や病態がわからない認知力障害のことで、脳細胞の変化で働きが悪くなり、記憶力判断力が低下し生活に支障が出る状態です。多くが次の4つのタイプに当てはまります。半数以上はアルツハイマー型認知症です。次に多いのは脳血管性認知症、レビー小体型認知症、前頭側頭型認知症です。

日本は超高齢社会となり今後も高齢化率が上がります。そして認知症の方の割合は年齢と共に増加する傾向です。高齢者の5人に1人、全国民の13人に1人が認知症になると予測されています。御殿場市は人口83,592人で高齢化率26.6%。高齢者の割合が増え同時に認知症の方も増えていくと予想されています。

みくりやあんしん手帳の2ページでチェックしてみましょう。合計点数8点以下の方は老化による物忘れの範囲。合計点数9～13点の方は要注意、軽度認知障害がかもしれません。そして合計点数14点以上の方、要受診・要相談です。軽度認知障害というのは、正常な脳と認知症の間の段階。5人に1人が認知症、残り4人に1人は軽度認知障害の状態といわれます。アルツハイマー病による軽度認知障害と診断された場合は新しい認知症治療薬として承認された薬が使える可能性があります。

多くの高齢者やそのご家族から相談を受けますが、皆認知症に対し強い不安を持っています。認知症は中核症状と周辺症状に分けられます。中核症状というのは、脳

細胞が壊れて直接起こる症状のこと、周辺症状は中核症状に周囲の環境や本人の気質などが組み合わさり起こります。迷惑につながる周辺症状を軽減するにはどうしたらよいか。大切なのは、認知症になってもまあいいだろうと皆が思える社会にすることです。認知症の人はどうにもならないという思い込みや偏見が根強い社会にも問題があります。

認知症基本法は、認知症の人の尊厳を守りながら、希望を持って社会生活が送れるように認知症施策を計画的に推進していく法律です。認知症の人を含めた国民一人ひとりが個人を尊重し支え合えるような共生社会を目的としています。認知症の決定的な予防法はありません。予防していても、誰にでも起こる可能性があります。少しでも認知機能低下を遅らせるために有効なことは続け、周囲の協力で悪化しないようにすることが大切です。

認知症になっても人生は続きます。意思決定ができなくなったときの準備として人生会議やエンディングノートを活用していただきたいと思います。

認知症は早めに気づき生活を見直すことで迷惑をかける認知症になることを避けられます。正しい知識と理解で、みんなが住みよい御殿場市になるよう心がけをしていただきたいと思います。



神山裕加様 御殿場市役所 長寿福祉課 保健師
中嶋絵里様



11/21のメーキャップ

11月2日	オープンハウス	嶋田 康一君
11月10日	地区大会	勝又 厚君
11月18日	北海道Eクラブ	石川 又英君
11月22日	北海道Eクラブ	久保田勇輝君
12月3日	北海道Eクラブ	神谷 高義君



司会
勝又 淳君



ソングリーダー
久保田勇輝君



出席報告
梶 喜朗君



ロータリーの友 12月号 おすすめトピックス



- P.7** 疾病予防と治療月間
地域社会の疾病予防と治療に取り組むには
- P.53 (20)** ロータリーあるある相談室
相談：シニア会員と若手会員の交流
- P.70 (3)** 病気は第二の人生のスタート



池上 司君 会員誕生日
橋本喜市君
勝又重春君

Rotary 国際ロータリー第2620地区

御殿場ロータリークラブ

◎例会日/木曜日
◎例会場・事務局/YMCA 東山荘
静岡県御殿場市東山1052
電話/0550-83-1133 FAX/0550-83-1138
https://www.gotemba-rc.gr.jp/

会長◎澁谷 一
幹事◎大胡田明寿
会報委員長◎勝又 英和