

THE WEEKLY NEWS

2022～2023年度

国際ロータリー会長 ジェニファー E.ジョーンズ

国際ロータリー
第2790地区ガバナー 小 倉 純 夫

第6グループガバナー補佐 中 村 吉 政

鴨川ロータリークラブ

会 長 渡 辺 淳 一

副 会 長 亀 田 美 穂

幹 事 斎 藤 英 之

会 報 伊 藤 正 人



No. 2803 (37) 2023年6月13日

＝今週のプログラム＝

6月13日 外部卓話

＝次週のプログラム＝

6月20日 クラブフォーラム

次年度各委員会

活動計画発表

例会日 (火) 12:30～13:30
例会場 鴨川シーワールドホテル

事務所 〒296-0001 鴨川市横渚697 伊藤胃腸科クリニック内
URL <http://www.kamogawa-rc.com> TEL・FAX 04-7093-2001

第37回 例会 報告

日 時：令和5年6月6日 12:30～
(例会場：山 荘)

- | | | |
|-------------------|---------|------------------|
| 1、点 鐘 | 会長 渡辺淳一 | 8、委員会活動報告 |
| 2、国歌斉唱 | | 9、委員会報告 |
| 3、ロータリーソング「奉仕の理想」 | | 親睦委員会 佐藤多恵子 会員 |
| 4、四つのテスト | 幹事 斎藤英之 | 会員誕生日祝い |
| 5、会長挨拶 | 会長 渡辺淳一 | 10、ニコニコボックス |
| 6、幹事報告 | 幹事 斎藤英之 | 11、出席報告 長谷川治夫 会員 |
| 7、菜の姫杯報告 | 大竹秀和様 | 12、点 鐘 会長 渡辺淳一 |

会長挨拶

会長 渡辺 淳 一



健康な心身、ウェルネスについて「最高の老後～5つの M」をベースにして引き続きお話をさせていただきます。

認知症というのは、シニアになったときに何となく不安を覚えることですが、認知症を正確に理解していないこともあり得ると思います。まず認知とは、人が学習する、記録する、言語も用いる、計画をしたことを遂行する、自分の置かれている状況を認識するという機能のことを指します。このように認知機能は多岐にわたります。認知症というのは、これらの能力のうち一つ以上が生まれつきではなく、大人になってから障害されて衰退し、日常生活を自立して送ることが難しくなった状態のことを指します。物忘れがひどくなっ

てきたので、認知症かと思われるかもしれませんが、仕事などを問題なく続けられていれば、それは単なる「物忘れ」となります。

認知症に関して、もう一つのポイントは、認知症の原因をアルツハイマー病だと決めつけないことだそうです。その原因として、脳血管障害（脳梗塞）、ビタミン B12 欠乏症、多発性硬化症、甲状腺機能低下症などがあります。しかし、50%以上はアルツハイマー病だそうです。アルツハイマーの原因は、老人斑と呼ばれる沈殿物が脳の細胞に対して毒性を持つことがわかっていますが、その予防と治療法は十分まだ確立されていないようです。米国にてこの治療薬が承認され、その効果が期待できそうですが、まだまだ一般的普及までには至ってないようです。

認知症と間違えやすい病名として、「せん妄」があります。認知症と異なり、普段は普通の状況ですが、入院などのストレスがかかると会話が噛み合わなくなったり、急に暴れ出して暴力を振るってしまったことがせん妄です。

また、退職後の社会的立場の喪失や孤立や配偶者との離婚や死別、不眠、外出などができない身体的な障害、認知機能の障害により、うつ病が発症しやすいことも注意をしなければならないと思います。

このような病状の対策としては、バランス良い食事、運動（一万歩）を行い、7時間以上の十分な睡眠、仲間と話し合い、社会的関与を深めることが大事だと思います。その意味でもロータリーの親睦と奉仕の精神は意義が高く、有意義な社会貢献を引き続き皆さんと一緒にやりたいと思います。

*** 委員会活動報告**

▶管理運営委員会委員長 伊藤 正 人

○例会参加を増やしたい。第4週の夜間例会経過を精査したい。 ○親睦委員会は佐藤さんの努力もありゴルフなど色々できた。 ○ロータリークラブをより一層理解してもらう機会を作る。新会員は冊子を渡すことはできた ○クラブ交流は身延は消滅、上田西ともコロナを考慮して交流は出来なかったが第6グループ内での交流は盛んに行った。 ○会報は順調。良いものが出来ている。

▶奉仕プロジェクト委員会委員長 亀田 美 穂

○スポーツ健康測定は継続して行う。 ○海岸清掃は年3回行うことができた。 ○ライラの大会参加の継続。 ○鴨川ロータリーによる芸術のプレゼント開催。

*** その他の報告**

▶鴨川 RC による芸術のプレゼント

〈日時〉 5月31日 〈場所〉 江見小学校
 〈内容〉 連弾ユニット RAI (川名友里恵さん・田中愛実さん) によるピアノ連弾
 〈感想〉 子供たちが大変楽しそうにそして、集中して参加していた。



▶第2790地区 第6グループ親睦デイ (チャリティーゴルフ&ボーリング&懇親会)

〈日時〉 6月5日
 〈場所〉 ゴルフ…勝浦東急ゴルフコース
 ボーリング…ラクゾー鴨川店
 懇親会…中国料理 東洋 鴨川店



*** 委員会報告**

▶親睦委員会…佐藤 多恵子 会員

《会員誕生日祝い》

- 6月11日 亀田 秀次 会員
- 22日 篠 寄 忠 昭 会員
- 29日 金 井 輝 会員



*** 幹事報告…幹事 斎藤 英之**

1. コーディネーターニュース6月号が届いております。
2. 風の便りが届いております。

*** ニコニコボックス**

氏 名	メ ッ セ ー ジ	氏 名	メ ッ セ ー ジ
武 田 将次郎	結婚祝いお礼	篠 寄 忠 昭	誕生日祝お礼・交代の報告とお礼
亀 田 美 穂	芸術のプレゼント成功のお礼		

※本日のニコニコボックス：9,000円 (本日までの累計額：405,000円)

*** ポリオ募金**

11月15日：16,000円 (本日までの累計額：38,000円)

*** 出席報告 出席免除会員 …… 4名**

例 会 日	会 員 総 数	出 席	M U	出 席 率 (%)
5月23日	29	17	8	92.59%
6月6日	29	16	10	96.30%

