



広島西ロータリークラブ会報

No. 2063

THE ROTARY CLUB OF HIROSHIMA WEST

例会日・木曜日 12:30~13:30
例会場・ANAクラウンプラザホテル広島
会長 井原 俊彦
幹事 香川 基吉

事務所・〒730-0011 広島市中区基町6-78
リーガロイヤルホテル広島13F
TEL 082-221-4894・FAX 082-221-4870
E-mail:hwrc@godorc.gr.jp
広島西ロータリー <http://www.hwrc.jp/>

RIテーマ Reach Within to Embrace Humanity
「こころの中を見つめよう
博愛を広げるために」

本年度会長テーマ
「ユーモアでロータリーに
もっともっと笑顔を」

「世界理解月間」

2012年 2月 16日 第2039回例会

◆ 会長時間 ◆

井原会長



“2005年 100周年を祝った
ロータリー、そしてその後”
皆さん、こんにちは、今日
は百万ドルの食事です。
日本の諺に“腹八合に医者
いらす”“腹も身の中”と

あります。

今日は、ほんの少しだけですがダイエットできる
事を感謝しましょう。

さて、2005年、ロータリーは創立100周年を迎え、
RI会長グレン・エステス・シニアは100年の
経験を生かして、更に安定成長をして各地域社会
で世界に向かって奉仕に取り組むことで“ロータ
リーを祝おう”と呼びかけました。

1905年に4人で始めたロータリーは、90年後の
1995年に約130万人と最多の会員を擁しました
が、100周年の2005年には約121万人と人数を減
らしていました。

一番多くの数を減らしたのはアメリカと日本です。
どちらも1年間で約4000人、減少したのです。
メンバーの数、2005年アメリカは39万5千人、
日本は10万6千人でした。ちなみに、2011年10月
日本のロータリアンは8万9千人だそうです。

日本での会員減少はバブル崩壊後の後遺症だけで
しょうか？

私達がロータリーを昼食会という程度に紹介して
会費を集めていたからでしょうか？

アメリカでは2001年9月11日 同時多発テロが起
こり、同年10月アフガン派兵、そして2003年イ
ラク戦争もあったのですが、一方で経済は2005
年から2006年にかけて土地・住宅のバブルが頂
点に達していたのです。

リーマンショックによる世界経済の混乱は2008
年でした。

原因がどこにあるのかよく判りませんが、自由な
市民社会が発展して来ている西欧、アメリカ、日
本では、色々な楽しみや価値観が受け入れられて
いるので、ロータリーは今や厭きられる対象とな
りつつあるのかも知れません。

一方、台湾や韓国では少しづつ増え、また、グロ
ーバル経済の恩恵で経済成長が著しいBRICS
(ブラジル・ロシア・インド・中国・南アフリカ)
では(勿論中国は除きます)自由でリッチな中産
階級が増えてきたためか、新しくクラブが出来て
ゆき、そのお蔭で2011年世界のクラブ数34301、
全会員数122万3千人と少し増加しています。

2004~2005年の広島西RCの会長は山木靖雄さ
んでした。4月28日(第1723回)例会で「年金生

活に入ってもロータリーを続けよう」を実践するためにも、スリムで負担の少ないクラブ運営を心がけようと述べられていますが、今から考えると先見の明ではなかったかと思えます。R Iは2011年9月、退職した人もロータリアンに、という事で職業倫理を行動規範に変えました。

高齢化、人口減少社会に入った日本では色々な論議はあるでしょうが会員数をキープしようというのであれば、ロータリーにかかる費用を下げる必要にせまられる予感がしております。

ありがとうございました。

**ロータリー財団ポール・ハリス・フェロー
認証状及び襟ピンの伝達…木本 弘三 会員**



会務報告 香川(基) 幹事

※本日は100万ドルの食事です。

委員会報告

出席報告 鮫島副委員長			
本日(2月16日・木曜日)			
会員数	84名	出席者	73名
欠席者	11名	ご来客	2名
ご来賓	1名	ゲスト	0名
		計	76名
前々回(2月2日・木曜日)			
出席率	100%		



ロータリー情報委員会 森信委員長
ロータリー情報



国際交流委員会 中岡委員長

バングラデシュスズガミネ校への文房具の収集は、来週の例会までです。よろしくお願いいたします。



同好会報告

バイオレッツ 柴田世話人

例会後、ビバーチャにてバッティング練習をします。3月3日には練習試合を予定しています。



紫友会 松岡(輝)世話人

先週11日に広島ゴルフ倶楽部鈴ヶ峰コースで行なわれました2月例会の成績をご報告いたします。

当日、朝方こそ冷え込みましたが、風が吹かない場所では陽が昇るにつれて冬には珍しく、ぽかぽか陽気となり、絶好のゴルフ日和でした。このぽかぽか陽気に幸運の女神さまと上手にラウンドされた方々をご紹介します。

見事優勝されましたのは中村哲朗さん。アウト45、イン43、トータル88、ネットは77.2でございました。準優勝には篁宣之さん。アウト43、イン38、トータル81、ネット77.4というスコアでございました。3位入賞されましたのは、ハンデ0の上田欣一さん。トータル・ネットスコア79でございました。

栄えあるベスグロは上田欣一さん。

シニア優勝は安部憲明さんが獲得されました。

紫友会の3月例会も広島ゴルフ倶楽部鈴ヶ峰コ

ースで開催致します。日時は3月10日でございます。皆さまふるってのご参加お待ちしております。



📅ご入会記念月おめでとうございます。

(7名)

篁君 (H15年) 岡田君 (H17年)
梶本君 (H17年) 柴田君 (H18年)
原君 (H18年) 小田君 (H21年)
香川(浩)君 (H21年)

🌸創業月おめでとうございます。

(3名)

教蓮君 加茂川グループ
上野君 南石亭
古本君 藤古本建築設計

●スマイルボックス SAA 篁副委員長

😊海苔の日チャリティーで社会貢献

松岡輝明君 (自主申告・ダブル)

2月6日(月)に基町クレド前広場にて「2月6日は海苔の日チャリティーセール」を開催させて頂きました。県内24社の同業者が無償で持ちよった商品を販売し、こども夢財団へ寄付させて頂きました。当日のニュース映像で調子よく海苔を売り込む姿が、弟(専務)と一緒に映っておりました。今後とも県内の海苔業界がますます発展しますよう精進して参ります。皆様、ご指導の程、よろしくお願い致します。

😊若さの秘訣はヨガにあり！ 井原君 (ダブル)

2月15日(水)RCCイブニングフォーでヨガの生徒として井原会長の奥様が出演されインタビューを受けておられました。ご夫婦でヨガをされておられ、若さの秘密が分かりました。ご夫婦ですのでダブルでご出宝頂きます。

😊ロータリアンのあるべき姿 木本君

ポール・ハリス・フェロー認証状と襟ピンの伝達をされました。おめでとうございます。これからもロータリー財団への貢献を宜しくお願い致します。

😊2月14日はバレンタインデー

バレンタインデーのチョコにも、本命チョコ、友チョコ、義理チョコと色々あるようです。義理チョコを含めて3コ以上貰われた方にご出宝頂きました。尚、10コ以上貰われた強者はダブルでご出宝頂きます。

😊囲碁同好会報告 西南RCとの対抗戦

2月4日広島ダイヤモンドホテルに於いて、西南RCと西RCの囲碁対抗戦が行われ、団体戦は27勝21敗で西RCが優勝。個人戦の優勝は、西南RCの方、2位尾形君、3位安部君が入賞。団体戦優勝で尾形君、安部君、梶川君、小田君、園尾君、堀江君。尚、個人戦で入賞の尾形君、安部君にはダブルでご出宝頂きます。会場提供された梶君にもご出宝頂きます。

😊紫友会2月例会報告

2月11日、広島GC鈴ヶ峰コースで開催。優勝は、中村哲朗君。2位は篁君。3位は上田君(ベスグロ賞含めダブル)、シニア優勝は、安部君。BB賞は金本君。ベスグロ賞は上田君。

■卓話



認知症の新しい治療法

洛和会京都治験・臨床
研究支援センター 所長
翠清会梶川病院 顧問

中村 重信氏

はじめに

最近、同年齢の者に会いますと、きまって「物忘れが強くなってきました。どうしたら良いでしょう？」と尋ねられます。多くの方が認知症を恐がっておられるのだとヒシヒシ感じる毎日です。このような不安や心配を何とかしてあげたいと努力しております。今回、このような文章を会報に載せていただくのも、認知症のことをもう少しよ

く判っていただきたいためのです。

1. 高齢者が多くなってきた

1945年以来、わが国では戦争がなく、平和を享受しております。そのお陰で、原爆など戦争による被害がなくなり、長寿社会で生活できるようになりました。もちろん、医学をはじめとした栄養などの科学の進歩も長寿を達成できた大きな原動力になっております。

これは人類にとって、この上なく誇るべきことであり、このような長寿社会の達成を可能にしてくれた平和や科学の進歩に心より感謝すべきなのです。ところが残念ながら、感謝の気持ちが新聞やテレビではほとんどみられないのは不思議なことです。とくに、戦中・戦後のみじめな、時代を過ごしてきた高齢者にとっては、現在の生活の豊かさは夢のようです。

2. 高齢者の不満の種

長寿になることができた幸せを満喫したほうがよいと思うのですが、高齢になったことに不満を持っている人が多いのは残念なことです。私は医師として患者さんとお話する機会が多いのですが、「早く、あちらへ行ってしまいたい」とおっしゃる方がおられます。

確かに、ガンの末期の方が痛みに耐えかねて、死にたいと希望されるのは理解できます。けれども、元気な高齢の人が「物が覚えられなくなった。どうしようもない。」とグチを漏らされることも少なくありません。

業界の言葉では「アパシー」とか「抑うつ」と申しております。「アパシー」とは自発性がなくなり、意欲が低下することです。周囲のことに対して無関心で無頓着になり、**自発性低下を苦しんでいないか**のように見えます。その点でアパシーは抑うつとは異なっています。「抑うつ」は不快感を示し、希望を持たず、「自分は社会のお荷物だ」などの罪業感に悩む人が多いようです。また、「自分は家族に大変、迷惑をかけている」などの自責の念や、「死にたい」という希死念慮がみられます。

不満の原因の一つは人と人のつながりが最近では希薄になり、孤独感にさいなまれるためでしょう。同じ思いの人達が集まれば、このような不満をグチり合って、気分が良くなるのかもしれませんが。

高齢者の集いを組織するのも、一つの手でしょう。

もう一つの原因は病気でしょう。ガンのような重い病気はともかく、軽い不具合でもあると、気分がすぐれず、アパシーや抑うつを起こすことが多いようです。アパシーや抑うつは「引きこもり」になりやすく、引きこもりが病気や気分をさらに悪くします。いわゆる悪循環になってくるわけです。

3. なくて7病

高齢者はいろいろの病気を抱えています。「なくて7クセ」というように、高齢者では一人で7個ぐらいの病気を持っています。地域での調査による報告では、85歳になると、平均8個の病気を抱えているようです。

いろいろの病気の中でも恐れられているのが認知症でしょう。本当に、認知症はそれほど恐ろしい病気なのでしょうか？最近、いろいろの情報が出まわって、高齢化社会における悪の根源のように喧伝されております。

私は30年余り、認知症の医療に携わってまいりました。30年ほど前は確かに、頼りになる薬や介護もなく、一人ぼっちで、認知症の医療に悪戦苦闘しておりました。けれど現在でも、まだまだ十分とは思えません。ただ、少しずつ認知症が社会、とりわけ医療の分野でも認知されて参りました。

しかし、まだまだ認知症に対する偏見というのは強いように思われます。昨年になって、やっと3種類4剤のアルツハイマー病の薬がわが国でも市販されるようになり、認知症の治療に対する関心が増してきました。その結果、認知症の治療について、社会での理解も高まってきました。

4. 認知症とはどんな病気か？

まず、物忘れが最も重要で、よく見かける症状です。ことに、新しい、最近の記憶が障害されます。それに引き換え、手で覚えた記憶、たとえば自転車に乗るとか、掃除をするなどの記憶はあまり障害されません。

記憶の障害に加えて、言葉が出ない、空間を認識にくくなる、行動・振舞いの変化などの異常が現れます。言葉が思い出せないで、「あれ」とか「あそこ」などの代名詞で呼ぶことが多くなります。認知症が進むと、言葉の理解も難しくなり、さらに言葉が出なくなることもあります。

空間の認識も障害されて、立方体が描けなくなるとか、11時10分の時計の針が違った所を指すこともあります。地理的な認知機能も障害されて、いつも通いなれた所へ行っても帰れなくなり、徘徊という症状も現れます。

行動や振舞も以前のように礼儀正しく行えず、計画通りにことが運ばないことが多くなります。暴言や暴行をすることもあります。逆にアパシーや抑うつのため、閉じこもりになることも多いようです。また、自分がどこに置いたか忘れて、他人に盗られたという「物盗られ妄想」などの妄想もよく現れます。さらに、ありもしないものが見える幻視などの幻覚を訴えることもあります。

このように挙げて行くと、本当に恐ろしい病気のように見えますが、上手に付き合くと、意外に何とか対応できる場合も多いのです。認知症を恐ろしいものとしないうちに、どのようにすればよいかを次に紹介します。

5. 認知症は予防できるか？

認知症はいろいろの病気を持った人によく発病します。高血圧、糖尿病、肥満などの生活習慣病のある人にはアルツハイマー病が頻繁に発病します。生活習慣病を予防するために、筋肉トレーニング、能力トレーニングなどを実行しておられる方も少なくないと思います。

多くの人が高血圧に対して降圧薬を使い、糖尿病に対して血糖降下薬を服用されます。これらの治療によって、認知症の発病は少し減ります。しかし、これらの予防を講じたからといって、認知症を完全に防げるわけではありません。小児麻痺に対するソープ・ワクチンのようには上手いかわからないようです。

6. 薬（抗アルツハイマー病薬）で少しは生活が楽になる

現在使用されている抗アルツハイマー病薬は神経の刺激の伝わり方を活発にするものです。それらの薬には神経細胞の破壊を抑える働きも幾分かあります。しかし、認知症を完全に治癒してしまうことはありません。

けれども、アルツハイマー病の人のアパシーが改善されて、生き活きてきたとか、反応がよくなった、計算などできなかつたことができるようになった、言葉が多くなったという認知機能の改

善がみられます。

また、暴力や徘徊、多動というような介護者を困らせる症状が少なくなることも珍しくはありません。そのため、介護に費やされる支出や介護者への負担が少なくなり、結果として、経済的な効果が見られるという報告もされています。

7. 抗アルツハイマー病薬

物忘れなどの認知機能低下を改善する効果に加えて、下記のような特徴があります。

一般名	商品名	効果のある症状	その他
ドネベジル	アリセプト	アパシー、不安、抑うつ	12年間の歴史
ガラタミン	レミニール	上記の症状：初期の人	有効期間が長い
メマンチン	メマリー	妄想、暴力、興奮、攻撃性	神経保護作用
リバスチグミン	イクセロンパッチ リバスタッチ	アパシー、不安、抑うつ 介護拒否、嚥下障害	貼り薬

以上の薬を認知症の人に対して、症状に合わせて上手に使い分けることが望まれます。さらに、アルツハイマー病以外の認知症（レビー小体型認知症）への適応拡大が図られています。

8. 医療費・介護保険の改定

在宅医療を充実させるために、拠点診療所や夜間診療に重点を置くようにして行く予定のようです。認知症の機能評価についても、重点が置かれております。グループホームなどでの看取り（終末期医療）が問題になっています。また、口腔ケアの充実も計画されております。

一方、地域包括ケアに関する問題が今後、大きな課題となりそうです。さらに、介護保険の受益者負担の増額も懸念されています。

9. 医師・看護師・介護者以外のスタッフ（事務作業補助者）の充実

現在、医師・看護師・介護者は大変忙しくしており、認知症の人や家族の意見を十分に聞いて、適切な対応をとるための時間がとれません。しかし、医療・介護担当者の仕事を仔細に見ていると、プロでなくてもできる事務作業の分量が多すぎます。そのため、欧米諸国のように、秘書のような事務補助者を充実するのも一つの解決法と考えられます。医療従事者や介護従事者に余裕が生まれれば、それだけ認知症の人の医療や介護について考える時間ができ、より良い介護が望めるでしょう。

10. 認知症の人に「人とのつながり」がスムーズにできるようにする

認知症の人は今まで、社会から排除されてきたため、孤独をかこち、希死念慮など悲しい思いに苛まれています。できるだけ、認知症の人ともつながりを求め、そのつながりがスムーズに出来るように努力することが大切です。

そのような場として、地域包括支援センターが中心になることが期待されます。病院でなく、地域で認知症の人をケアして行くために、2012年2月12日に京都式認知症のケアを考える会において「京都文書」というものが千人からなる聴衆の市民の賛同によって採択されました。

11. 認知症の人が充実した生活ができるような環境

認知症の人が病院という今まで馴染みのなかった環境の中で暮らすことには違和感を覚えるでしょう。できれば、施設に入所しても、なじみの環境を作って、その人が楽しい暮らしを続けられるようにすることが望まれます。

そのような理念から、介護老人保健施設(老健)やグループホームなども整備して行ったほうが良いと思われます。近代的なマンションの一室というよりも、住み慣れた日本式のスタイルで介護する方が好ましいのではないかと考えられます。

12. そのような環境を作るために、

ロータリーの奉仕の精神で、認知症の人も仲間として過ごせるような仕組みを創造して頂きたいと思えます。真に豊かな社会では、共に生きること(共生)が大切な理念です。

昔は三世代の家庭が多く、高齢者が子供にいろいろのことを教えたものです。そのような雰囲気グループホームで作り出そうとして、幼老介護を始めております。

グループホームと学童保育を同じ建物に作り、学童の子供と認知症の人を交流させております。幼老介護によって、認知症の人が生き生きしてきます。それに加えて、子供が常日頃したことのない雑巾がけや料理を進んでするようになります。

これらの工夫はこれから、認知症の人が地域で暮らした上で役に立つと思われれます。皆様の創意や工夫によって認知症の人が住み心地のよい地域社会を作って下さいますよう、お願いする次第です。

略 歴

【氏 名】 中 村 重 信

【所 属】 洛和会音羽病院神経内科

【略 歴】

昭和38年 3月 京都大学医学部卒業
昭和43年～55年 京都大学老年医学科
昭和46年～47年 オックスフォード大学留学
昭和55年～平成 2年 京都大学神経内科学助教授
平成 2年～平成14年 広島大学第三内科教授
平成10年—18年 広島市社会福祉審議会副会長
平成12年—18年 広島市介護保険運営委員会会長
平成14年～ 広島大学名誉教授
洛和会音羽病院神経内科
洛和会京都治験・臨床研究支援センター所長

【専 門】 神経内科・老年医学

【著 書】 老年医学への招待(南山堂)2010年など

■ ポール・ハリスのことば

「善き隣人となることについて」

どの国の国民をでも、あしぎまにいうような気に決してならないようにしたい。

そうすることはわれわれの品性を毀損することになるであろうし、また真実でないことを語ることになるからである。

われわれは善意の使者として進もうではないか。国際関係において礼儀をみだす人を叱責しよう。国際問題において他国の悪口をいう人があったら義憤の色を示し、決してその意見に同調しないことを明示しよう。ちょうどわれわれが隣人の名誉を傷つける人に同意しないとないように。

(1935年RIメキシコシティ大会演説より)

ポール・ハリスのことば 抜粋

諏訪昭登(紫輪会)編より

● 卓話予告

日時	テ ー マ
3/1(木)	「今年のカープ」 プロ野球解説者 達川 光 男 氏