



2010-2011 年度

国際ロータリー会長 / レイ・クリンギンスミス 会長 / 加藤 昇 副会長 / 飯塚 詔夫  
2690地区ガバナー / 小林 完治 幹事 / 持田 稔樹 会計 / 黒田 昌弘

■平田ロータリークラブ 事務局

〒691-0001 鳥根県出雲市平田町 2280-1 平田商工会議所 2F  
TEL: 0853-63-3232 / FAX: 63-5365 / IP: 050-5204-5816  
URL: <http://hirata-rotary.jp/> Mail: [office@hirata-rotary.jp](mailto:office@hirata-rotary.jp)

9:00 ~ 17:00 (土・日曜・祝祭日 休局)

■例会プログラム

例会日	卓話者	演題
11月4日	会員 佐々木哲也	認知症について
11月11日	会員 原 孝士	囲碁の話
11月18日	R財団委員長 恒松克己	R財団月間に因んで

■出席報告

会員数	出席者数	欠席者数	出席率	前回補正出席率
38	28	10 (5)	84.85 %	91.43 %

■欠席者

木村 / 園山 / 來間 / 大島治 / 恒松  
(石原恵 / 山根 / 牧野 / 田中久 / 杉原邦)

■来訪者

なし

■メイクアップ

なし

\*\*\*\*\*

■次回例会受付当番

(11月11日) 大島卓爾 / 石原恵行 / 伊藤義徳  
(11月18日) 石原輝男 / 釜屋治男 / 加藤喜久

■近隣クラブ例会情報 (メイクアップを考えましょう)

(出雲) (松江) 赤文字 例会変更

月	出雲中央	11/8(休)	12/20	松江南	11/22
火	出雲	12/14	12/28(休)	1/4(休)	松江しんじ湖 11/16 12/21
水	大社			松江	12/15 12/29
木				松江東	
金	出雲南				

■会長挨拶

10月11日の体育の日そして11月3日の文化の日にはさまれた此の季節はスポーツに文化的催しに絶好の季節で、各地で様々な催しが開かれています。

先日の31日には一畑薬師マラソン、鰐淵寺にては武蔵坊弁慶まつりが開催されました。

一畑薬師マラソンには1682人がエントリーし、健脚を競いましたが、クラブの持田幹事は得も言われぬ順位でゴールされました。幹事の立場をマラソンでも発揮されたようです。

「武蔵坊弁慶まつり」が35回を数え、「一畑薬師マラソン」が32回を迎えましたが、こうした催しを開催した昭和50年代初頭は大変活気にあふれた時代でもあったと思います。

そして又、この間沢山の人々が催しを支えてきた事に敬意を表すると共に長く行事が続いて戴きたいものです。

■幹事報告

1. 例会変更

○松江しんじ湖 RC 11/16(火) 夜間例会  
12/21(火) 忘年家族会  
ビジター受付 定刻定例会場

○出雲 RC 12/14(火) 忘年家族会 於) ラピタ  
ビジター受付 12:00 ~ 12:30 ホテル武志山荘

2. 休 会

○出雲 RC 12/29・H23 1/4(水) 定款第6条により  
ビジター受付 なし

■理事会決定事項

- 忘年例会個人負担金: 会員 ¥3000 ご家族 ¥2000 を例年通り参加者より徴収する。
- 国際奉仕活動(インド ガヤ RC へ眼鏡の寄贈)について 飯塚大幸会員(一畑寺)、インド仏跡巡拝の旅を計画され、巡拝の中 インドガヤ RC へ眼鏡の寄贈を計画され、この事業に平田 RC の国際奉仕活動の移管として後援をすることを決定いたしました。
- 小林ガバナーより国際基督教大学 東ヶ崎潔記念ダイアログハウス 献金(全国ロータリアン当たり2,000 円~2,500 円)の依頼があり個人での協力と致しました。なおご希望の方は事務局へお申し出下さい。

■委員会報告

出席親睦委員会 : 11月の会員誕生・結婚記念のお祝い



職業奉仕委員会 (内田委員長) : 職業宣言

■スマイル

- 加藤昇 (一畑薬師マラソンが盛大裡に終わりおめでとうございます。持田幹事さん完走...何よりでした。)
- 持田 (一畑マラソンに会長代理で出席して来ました。又、5kmに参加し、みごとブービーになりました。)
- 大島卓 (田中前副会長、酒も呑みながら2期6年の間大役を果たされ、立派でした。高砂副会長、巾広い人脈と強健なバイタリで大島会頭の底力となられ、大成されるよう祈念しております。)
- 原孝 (大島さんの商工会議所会頭、高砂さんの商工会議所副会頭の就任を祝して。健康でがんばって下さい。)

大谷（大島治会頭、高砂副会頭のご就任を祝して。ご活躍をお祈り致します。）

榎野（平田商工会議所大島会頭の再任及び高砂副会頭就任をお祝いし、田中前副会頭の退任に際しお疲れ様でした。）

内田（高砂会員の平田商工会議所副会頭就任を祝って。11/3 原孝士会員、園会員 平田コミセン文化祭に出演いただき、盛り上げてもらいました。ありがとうございます。）

平野（商工会議所大島会頭の再任、高砂副会頭就任を祝して。）

高砂（この度商工会議所議員総会ではからずも副会頭に推薦いただきました。平田商工会のために頑張りたいと思います。）

飯塚大（インド仏跡巡拝にて眼鏡を寄贈いたします。ロータリークラブより後援を頂きました。有難うございます。）

園（都合により早退させていただきます。）

■ ■ ■ スピーチ・例会行事 ■ ■ ■

## 「認知症について」

会員 佐々木哲也



認知症とは、“脳や身体の疾患を原因として、記憶・判断力などの障害がおこり、普通の社会生活がおくれなくなった状態”をいいます。日本では、長谷川式簡易知能スケールで評価されることが多く、20点以下の場合に認知症が疑われます。

原因疾患の多くは脳血管性認知症、アルツハイマー型認知症（アルツハイマー病）、レビー小体型認知症が占めており、正常圧水頭症などの治療可能な疾患は一部に過ぎません。

日常生活の中での問題として、物忘れ・同じ内容の話を何度も繰り返す・トイレなどがわからなくなって家の中で迷う・徘徊などのほか、家事ができなくなったり（主婦）、対人問題や金銭トラブルに発展することもあります。

認知症に対する現在の治療薬には限界があり、アルツハイマー型認知症に対する薬剤はその進行を緩徐にする程度に過ぎません。従って、認知症に対する対処方法の中心は介護です。

介護サービスには、朝から夕方まで通所施設で過ごし日中の家族の負担を軽減する「デイサービス」や、数日間の宿泊で夜間を含めた負担を軽減する「短期入所」などがあります。また最近増えている認知症対応型共同生活介護事業所（グループホーム）は、認知症の人が家庭生活に近い

環境の元で共同生活をおくり、認知症の進行防止に役立つよう配慮されています。

認知症の予防には生活習慣の改善が最も重要です。塩分制限やカロリー制限・運動習慣・非喫煙習慣は、脳血管障害を予防し脳血管性認知症の防止に役立つとともに、アルツハイマー型認知症の予防にも役立つと考えられています。また、青魚や緑黄色野菜の摂取および飲酒を適度に控えることも脳の神経細胞減少を防止するのに有効と考えられています。