



Rotary Opens Opportunities

第2540地区 秋田北ロータリークラブ 会報No.2410

ロータリーは機会の扉を開く

事務所・例会場 秋田市中通1丁目3番5号 秋田キャッスルホテル TEL(833)4147 FAX(831)7301 E-mail:akita-n@lilac.plala.or.jp
例会日毎週火曜日12:30 第5週火曜日18:30

2020.12.1 (火)

第2410回例会

会長の時間



「もの忘れと認知症」

会長 藤枝 信夫

今年は年男で、無事還暦を迎えました。

60歳を過ぎると、「もの忘れ」を日々実感しています。

さらに、実は、私の専門は「認知症」です。

そこで今日は「もの忘れと認知症」と題し、認知症の早期発見のコツ、認知症高齢者との付き合い方について、分かりやすく話します。



記憶とは？

- (1) 記銘(憶える)
 - (2) 保持(忘れないよう記録)
 - (3) 再生・再認
(必要時に取り出す、情報を思い出す)
- ・ 認知症の記憶障害は、
まず記銘障害から認められ、
次第に全記憶障害となっていく。

1

加齢に伴う物忘れ

- (1) 体験の一部を忘れる
(ヒントがあれば思い出せる)
- (2) 記憶障害のみがみられる
判断力の低下は認めない
- (3) 物忘れ(忘れっぽさ)を
自覚している
- (4) 探し物を努力して見つけ
ようとする

認知症の物忘れ

- 体験したことの全体を忘れる
(ヒントがあっても思い出せない)
- 記憶障害に加えて判断の障害や
実行機能障害がある
- 物忘れの自覚に乏しい
- 探し物も誰かが盗ったと
言うことがある

2

加齢に伴う物忘れ

認知症の物忘れ

- | | |
|------------------|----------------------------|
| (5)見当識障害はみられない | 様々な見当識障害がみられる |
| (6)作話症状はみられない | しばしば作話症状がみられる
(取り繕いが上手) |
| (7)日常生活に支障がない | 日常生活に支障をきたす |
| (8)極めて徐々にしか進行しない | 進行性であり、悪化する |

3

家族が認知症を疑うきっかけとなった変化(1)

- ・ 忘れ物・物忘れ・置き忘れを頻繁にするようになった(74.6%)
- ・ 時間や日にちが分からなくなった(忘れるようになった)(52.9%)
- ・ 仕事や家事が以前のように出来なくなり、支障をきたすようになった(46.7%)
- ・ カードや通帳の取り扱いが出来なくなった(29.5%)

4

家族が認知症を疑うきっかけとなった変化(2)

- ・ 服薬がきちんと出来なくなった(28.4%)
- ・ ふさぎこんで、何をするのも億劫がり、嫌がるようになった(26.5%)
- ・ 季節に合った服を選んで着ることが出来なくなった(19.6%)
- ・ 入浴しても洗髪は困難になった(13.5%)

5

早期の認知症診断のために家族や本人に確認すること(1)

- ・ 最近、同じ内容の事柄を何度も繰り返したずねることはないか。
- ・ 2つの作業を同時に(電話をしながら料理を作る)したり、物の扱いが下手になってないか。
- ・ 季節にそぐわない身なりをしたり、おしゃれを面倒がることはないか。
- ・ 冷蔵庫に同じものが溜まっていないか。同じものを買ってこないか。

6

早期の認知症診断のために家族や本人に確認すること(2)

- ・ 小銭が財布に溢れていないか。紙幣で支払うことが多くなっていないか。
- ・ 家の中に誰かがいる、玄関や2階に誰かが来ていると訴えることはないか。
- ・ 転びやすくなったり、よたよたしていないか。
- ・ なんとなく性格が変わったような(人が変わったような)感じはないか。

7

早期の認知症診断のために家族や本人に確認すること(3)

- ・ 寝ぼけがひどくなっていないか。大声の寝言や、寝ているときの激しい動きはないか。
- ・ 妙にテンションが高くないか。怒りっぽくないか。気分変動が大きくないか。

8

老年期(高齢者)の心理特性

- ・喪失体験：
老いるとは、根底に底知れぬ深い漠然とした不安や予期不安を常に抱いている状況にある。嫌な思い、辛い思い、恥をかく、失敗する・・・等を、無意識に本能的に避ける。だから、過敏、苛立ちを秘めている。
- ・性格特性の尖鋭化：
元々の性格・気質が、加齢とともに、より強く前面に出てくる。

9

認知症高齢者の心理的特徴(1)

- ・自分の気持ちを受け入れられ、安心を求めている。
- ・本能的に「苦」を回避しようとする。
- ・思い通りにならないことに対する我慢力の低下がある。
- ・環境の変化には敏感に反応する。
- ・周囲の愛情に対して敏感にキャッチ、微妙に反応する。

10

認知症高齢者の心理的特徴(2)

- ・プライドが傷つきやすい。喪失体験に敏感である。
- ・自分のペースに固守する。
- ・何でもよいから「やりとげたい」という本能的要求がある。
- ・生きたいという願望を持つ。
- ・根底では不自由さに苦しんでいる状態にある。

11

認知症高齢者との接し方(1)

- ・自尊心(プライド)を傷つけない(怒らない)。
- ・納得いくように話す(説得とは違う)。本人が納得、安心する対応を心掛ける。
- ・ペースは相手に合わせる。
- ・話は単純・簡潔にする。くどくならない。
- ・流行語は使わないで、分かりやすく話す。

12

認知症高齢者との接し方(2)

- ・近くで、きちんと正面から話す。
- ・言葉だけでなく、文字などを使う工夫も有用。
- ・言葉以外のコミュニケーション(雰囲気)が大切。
- ・話の中で、ときには現実も提示する。
- ・過去を回想することも大切(相手に共感する)。

13

結語

本日は、皆さんの、それほど遠くない未来の話をしました。うなずけるところが多数あったかと思います。これを機会に、高齢者には、より一層優しく接するように心がけて下さい。

14

「ロータリー財団月間」にちなんで

ロータリー財団委員長 桐生 謙吾 会員

今年度、ロータリー財団委員長を務めております。11月はロータリー財団月間ということで、当初は、11月の最初の週にロータリー財団についてお話をする時間をいただいたのですが、業務多忙により12月にずれてしまいました。ご迷惑をお掛けいたしました。申し訳ありません。

ロータリー財団についてと言いましても、多くの先輩方は、ロータリー財団についても私よりも、詳しくいらっしゃると思います。入会して日の浅い私がどれだけお伝えできるかわかりませんが、このような機会をいただきましたので、いろいろと調べてみましたので基本的なことになるかと思いますが、お伝えさせていただきます。

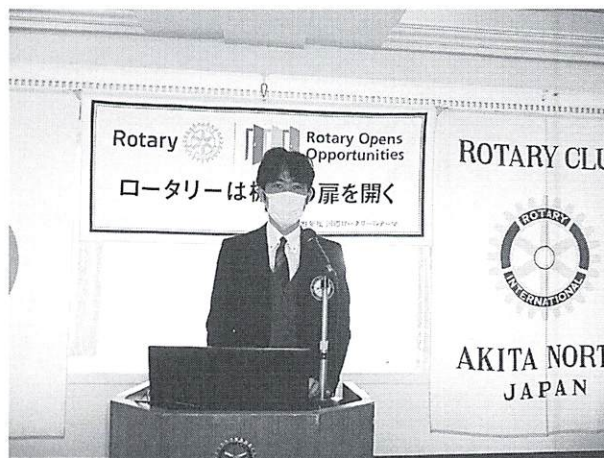
まず、最初に、ロータリー財団は、正式名称を国際ロータリーのロータリー財団と言うそうです。国際ロータリーとロータリー財団は、別の組織ですが奉仕の理想を信奉する点では、国際ロータリーもロータリー財団も一体のものと言えらると思います。

ロータリーソングにもある「奉仕の理想」ですが、R Iの公式文献で「奉仕の理想」とはこのようなものであると定義している例はないのだそうですが、公式名簿というのがあるそうでして、その裏表紙には、「ロータリークラブは、場所を問わず一つの基本的理想を持っている。それは奉仕の理想で、他の人々を思いやり、他の人々の役に立つことである」と書かれているそうです。

いふなれば、他の人々の役に立つ具体的活動をしているのがロータリー財団と言えらると思います。

ロータリー財団には、その長い歴史の中でロータリー財団の父といわれる人物がいました。第6代のR I会長であるアーチ・クランプです。

今から100年以上も前ですが、1917年にアーチ・クランプが米国ジョージア州アトランタで開催された国際大会で、「ロータリーが基金を作り、全世界的な規模で慈善、教育、その他社会奉仕の分野で、なにか良いことをしようではない



か」と新しく基金を作ることを提案しました。

そして、その数か月後に、ミズーリ州のカンザスシティロータリークラブより26ドル50セントの寄付を受け取りました。今のレートですと、3千円にも満たない額ですが、これが、財団が受けた最初の寄付となります。そして、次の寄付が寄せられてこの基金がやがてロータリー財産に発展することになりました。

このアーチ・クランプという方はどのような人物だったのでしょうか。この方は、貧しい少年時代を経て、実業家として財を成した立志伝中の人物だったそうです。ロータリーにおいては、国際ロータリーの新定款を起草する委員会の委員長を務めて、地区制度を設け、地区ガバナー職をつくり、年次地区大会を確立することに貢献した方ということです。周りの友人たちは、アーチ・クランプのことを「寝ても覚めてもロータリー」の人間であると評していたようです。

1928年に開催されたミネソタ州ミネアポリス国際大会で、この基金がロータリー財団と改称され、国際ロータリーとは別個の団体となりました。

このとき、アーチ・クランプは、次のように述べたそうです。

「我々は、この財団を今日明日の時点ではなく、何年、何世代の尺度で見つめるべきです。なぜなら、ロータリーは幾世紀にもわたる運動だから

らです」と。

アーチ・クランフは、ロータリー財団が、奉仕の理想に結ばれた、事業と専門職務に携わる人の世界的な親交によって、国際間の理解と親善と平和を推進するためのものと認識していたそうです。

そのため、この目的を達成するために、学生やグループの交換、国際事業関係を通じた有効が挙げられていたそうです。この多くは、現在、奨学金制度、研究グループ交換、マッチンググラウンドなどの形で生き続けているそうです。

このようにして始まったロータリー財団ですが、最初の補助金を授与したのは、1930年に国際障害児協会に500ドルの補助したのが最初でした。この協会は、ロータリーの会員であるエドガー・F・アレンという方が設立した団体です。エドガー・F・アレンは、障害児の多くが世間の目から遠ざけられていることに気が付き、他に障害児への支援をおこなっていたロータリアンとともに、国際大会で障害児への支援を呼びかけました。そして、ロータリー財団により国際障害児協会への支援が始まったとのことでした。

この最初の補助金は、現在においてもロータリーとリハビリテーションの長い提携の一端に過ぎないとのことでした。そして、さらに、リハビリテーションという枠を超えて、死に至るような小児病の予防というところまで発展したそうです。

このようにして生まれたロータリー財団です

が、現在の活動についても触れてみたいと思います。

公式ホームページによると、財団の使命として、「ロータリアンが、健康状態を改善し、教育への支援を高め、貧困を救済することを通じて、世界理解、親善、平和を達成できるようにすることです」とあります。そのために、教育の支援や持続可能な成果を生み出すプロジェクトに、なんと総額40億ドル以上の資金を提供してきたそうです。

このような活動は、私たち会員からの寄付があつて初めて可能となります。そして、ロータリー財団では、寄付に対して感謝の気持ちを表すために、多くの認証プログラムを用意しています。

個人からの寄付に対する認証としては、皆様も聞いたことがあると思いますが、「財団の友」会員、ポール・ハリス・フェローなどがあります。また、クラブに対してもその要件も様々ですが、寄付に応じて認証がなされています。

ロータリー財団の成り立ちから、現在の活動についても簡単ですが述べさせていただきました。私たちの寄付がどのような理解のもとに使われているかを理解することによって、寄付に対する意識が変わってくるのではないのでしょうか。

以上、簡単ではありますが、ロータリー財団月間の報告とさせていただきます。



ニコニコボックス

桐生 謙吾 会員

先日、三男・武琉たけるが、初めて寝返りをしました。その後は、ふとんで寝ていても目がはなせません。

昨日からは、離乳食もはじまり、我が子の成長を感じたので、ニコニコします。

今月の花(アルストロメリア)



本日は、アルストロメリアです。

花もちの良さから切り花の人气が高く、花束やアレンジメントに多く使われます。日本はアルストロメリア生産量世界三位です。

色は、赤、オレンジ、黄、ピンク、白、紫など多彩で、花言葉は「幸福」「凛々しさ」です。

＊ ＊ 12月のお祝い ＊ ＊

〔会員誕生日〕

小野 泰太郎 会員 12月5日
 升谷 昇平 会員 12月8日
 山陰 広和 会員 12月9日
 石川 忠則 会員 12月24日

〔企業の創立記念日〕

桑原 敏行 会員 12月1日
 今井 正雄 会員 12月16日
 升谷 昇平 会員 12月28日

〔奥様誕生日〕

功刀 俊英 会員夫人 12月12日

〔連続皆出席者〕

連続22年皆出席者 嶋田 康子 会員

〔結婚記念日〕

いらっしゃいません

〈お詫び〉

会報 (No.2409) で職業奉仕賞受賞者の秋田管
 工事業協同組合 青年部会の副会長、日景英
 之様が日陰になっておりました。お詫びして
 訂正致します。

【本日のお客様】

米山奨学生
 ガンガノッグジラシン、パンヤポン君

＜例会変更と休会のお知らせ＞

12月16日(水) 秋田 R C
 12月17日(木) 秋田南 R C
 12月18日(金) 秋田港 R C
 12月18日(金) 秋田中央 R C
 12月21日(月) 秋田東 R C
 12月25日(金) 秋田中央 R C (休会)
 12月28日(月) 秋田東 R C (休会)
 12月30日(水) 秋田 R C (休会)
 1月6日(水) 秋田 R C (休会)

*休会でもサインメークはできます
 *当クラブは12月28日(火)・1月5日(火)は
 休会です

☆ 20クリスマス家族例会 ☆

☆日時 2020年12月15日(火) 18:30～
 時間変更ですので昼の例会は
 ございません。

☆会場 秋田キャッスルホテル

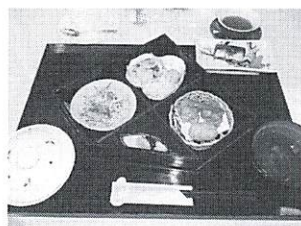
☆会費 ご夫人(大人) 3,000円
 中学生以上 2,000円
 小学生以下 無料

※なお会員の皆様には協賛品の提出にご協力
 をお願い致します。

出席報告

会員数 49名	本日の出席数 26名	出席率 55.32%
		休会 1名 出席免除 1名
11月17日 の修正	出席数 19名 修正出席数 41名	修正出席率 87.23%
		休会 1名 出席免除 1名
11月17日の欠席者 6名		

【本日のメニュー】



八寸
 ゆずちり エビ
 からしコンニャク
 つくね串
 おからサラダ
 玉子焼き
 サラダ
 揚物 (鶏から 青身)
 漬物
 サンマ梅煮
 御飯
 味噌汁

2020年12月のロータリーレートは、
 1ドル=105円