



29 創立 1984.7.10／認証 1984.8.6
国際ロータリー第2660地区

大阪鶴見ロータリークラブ会報

事務所：〒534-0026 大阪市都島区網島町9番10号 大閣園内
電話：06-6357-8171 ファックス：06-6357-8011
例会日：毎週火曜日 12時30分／例会場：大閣園
会長：菊井 康夫／幹事：山崎 修一／SAA：中桐 康博
電子メール：rcosatrm@cf.mbn.or.jp
ホームページ：<http://rc-osaka-tsurumi.jp/>



本日の例会

〈第1377回〉 2013年4月23日(火) 本年度第39回

卓話

フリートーク

■ロータリーソング ■ランチタイムミュージック
限りなき道ロータリー

次回の例会

5月7日(火)

次回卓話

平成大伽藍創建の記録

担当：武市会員

前回の報告

会長インフォメーション <President Information>

会長：菊井康夫

認知症の症状と治療薬

2012年の認知症患者の予測は約305万人。65歳以上の10人に1人、80歳以上の4人に1人が認知症患者と言われています。認知症と言われる症状の原因疾患は沢山ありますがその内、一番多いアルツハイマー型認知症を中心として説明します。アルツハイマー型認知症は、統計からみても加齢による要因がほとんどで、遺伝によるものは稀といわれています。

認知症の症状は、記憶障害ばかりが注目されがちですが、徘徊、暴力・暴言、幻覚・妄想といった周辺症状(BPSD)が現れます。その他に、生活障害と呼ばれるものがあります。生活障害とは、脳の機能が阻害されることで生じる日常生活動作(ADL)が行いづらくなる障害です。日常生活動作(ADL)には、手段的ADL、即ち買い物や金銭の管理といった自立した生活に関連した動作と、基本的ADL、即ち摂食、歩行、排せつ、入浴、着替えなど身の回りのケアに関する動作がありま

す。アルツハイマー型認知症では、病初期の軽度な段階から手段的ADLの障害がみられ、病態が中等度から重度になると基本的ADLの障害が現れてきます。初期段階の記憶力の低下というは周囲から分かりにくいので、認知症の早期発見という意味では、記憶障害だけでなく、生活障害、特に初期に現れやすい手段的ADL障害に着目することが重要です。

別な視点から、診断のための早期発見のキーポイントは、①物忘れ②日時の概念の混乱③怒りっぽい④自発性の低下・意欲の減退の4つです。ただし、物忘れといつても、体験したことは覚えているが物や人の名前が思い出せないというのは老化に伴う物忘れに過ぎず、体験したこと自体を忘れてしまうのが認知症です。認知症を疑ったら、受けるべき診療科は精神科または心療内科です。

認知症の治療は、認知症の進行を遅らせる抗認知症薬の投与による薬物治療が中心です。抗認知症薬として古くから認可されているアリセプトの外に、2011年に3剤の薬が認可され、やっと10年前から使用されてきている欧米並みの薬物治療環境が整いました。それぞれの薬剤ごとに薬理作用が異なりますので、患者の病態や状態によって薬剤を使い分けて行くことが大切です。日本

(2ページへ続く)

ロータリー雑誌月間

大阪鶴見ロータリークラブテーマ「飛躍」その礎を

(1ページより続き)

は、認知症の研究では国際的にトップクラスにあります
が、治療レベルを欧米並みに高めることがこれからの課題です。アルツハイマー型認知症は、脳の神経細胞が死んで数が減り、脳が委縮して症状が現れるようになることから、脳の神経細胞の死を抑制する薬剤を研究開発中ですが、根本的に治療する薬剤はまだ開発されていません。(この原稿を書くにあたっては朝日新聞'12.12.23の朝刊を引用させていただきました。)

認知症の患者は、記憶障害で生活に困る以上に、ADL障害で生活の質が著しく低下することが問題です。また患者だけでなく、介護者に及ぼす影響が大きいことも問題です。

ところで今世界では、認知症患者と介護者の生活の質を高めることを目標に、認知症への対応の大変革が起きています。例えばフランスでは、5年間に研究と治療にそれぞれ2億ユーロ、ケアに12億ユーロを投じて様々な改革を進めています。

その改革の1つとして抗精神病薬の使用を減らそうとしています。認知症の治療には、先に説明した認知症の進行を遅らせる抗認知症薬の投与が主ですが、その他に、不安や興奮を鎮める抗精神病薬や、良く眠れないという訴えには睡眠薬や抗不安薬が処方されます。しかし、認知症でも、生活に満足していたら強い不安は出ないし、興奮状態にもならない。環境とケアが良ければ本人は穏やかに暮らし、不安や興奮が激しいときに使われる抗精神病薬の出番がぐっと減る。この理屈で、認知症患者の生活の質を測る指標として、「抗精神病薬が使われていない」ことを見ようというのです。

フランスでは、認知症患者での使用率が'07年の16.9%から'11年の15.4%へと着実に減っています。英国での減少ぶりはもっと劇的で、'06年の17.1%から'11年の6.8%へと激減しています。

では日本ではどうかというと、そもそも薬がどれだけ使われているのかのデーターがないそうです。どんな薬を使うかは医師の裁量という意識が強く、実態調査ができないそうです。しかし、日本で抗精神病薬が使われ過ぎていることは間違いないそうで、日本でも、実態調査をすると共に、各国に負けないような、抗精神病薬を使わなくてすむ認知症医療とケアを望みたいと思います。

(朝日新聞の記事より。)

幹事報告

幹事：山崎修一

4月16日(火) 特別事業部門のクラブフォーラムが開催されます。

23日(火) 現委員会報告書の提出期限です。お忘れなきようにお願いいたします。

27日(土) 次年度のための地区協議会です。

30日(火) 休会です。

理事会報告

①春の親睦家族会を6月16日(日)に、京都貴船の

川床をメインにして実施する旨の報告がありました。

②「心のケアチャリティコンサート」の収支報告を承認しました。

③災害支援月間の寄付(会員一人当たり1万円)についての経過報告が宇野委員長よりありました。

④大船渡西RCを通じ、市福祉課の災害支援要請があり、学業機器の備品購入についての支援を承認しました。

⑤フィリピン貧困地区の新生児登録促進についての援助により、地区分担金を拠出する必要がないことを確認した旨の報告が秀島理事からありました。

⑥2月の会計報告がありました。

⑦「国際交流のつどい」の主管は、鶴見区民祭りと別美である場合においても、従来どおり国際奉仕委員会であることを確認し、実施に当たっては、新世代奉仕委員会・親睦委員会と協同で行うことを確認しました。

NIKONIKO箱

¥18,000.- 累計 ¥1,231,000.-

菊井会長 私の飲み友達である吉村様、本日はよろしくお願ひ致します。

山本(良)会員 従弟の息子がボストンマラソンで爆発事故にあいました。最近での爆発だったそうですが、遮蔽物のお陰で無事だったと連絡がありました。253位だったそうです。

石川会員 前回ホームクラブ欠席のお詫び。

津野会員 本日早退のお詫び。

災害支援プロジェクト

ライトミール3月分 ¥27,000.- 累計 ¥577,695.-

災害支援プロジェクト委員会 委員長：宇野 滋

災害支援募金のお礼と支援企画のご報告

3月の<「災害支援月間」>に因み、皆様からご協力頂いた募金が全て集まりました。ここにご報告し、改めて会員各位にお礼を申し上げます。有り難うございました。

そして本年度の支援企画は大船渡西RC様のご協力を得まして、幾つかの支援事業を検討した結果、理事会で承認を頂き、現在大船渡市の各地区で実施されています、放課後児童健全育成事業の一環で、就労等のため放課後帰宅しても保護者がいない小学校低学年等の児童に対し、適切な遊びや生活の場を与える事により、指導の健全な育成を図る事を目的とし、放課後児童クラブの設置が進められております。

その放課後児童クラブ設置における施設の空調等の設備支援を行う計画で進めてまいりました。この度設備に対しまして、554,400円(税込み)の最終支援額が決定した事をご報告致します。予定では5月中旬には出来上がると聞いておりますが、具体的になれば又、皆様にご報告をさせて頂きます。



1. 広瀬担当理事あいさつ
2. 資料確認
3. 長期計画具体的サンプル発表
 - ①2012年11月27日フォーラムのまとめについて
 - ②50名規模を実現する具体的サンプル
 - ③例会に於ける親睦の具体的サンプル
 - ④奉仕活動を通じての親睦
 - ⑤親睦活動を通じての親睦（趣味の会）
 - ⑥会員家族を交えた親睦
 - ⑦人材と地域性を活用した地域密着型の奉仕
 - ⑧国際の鶴見RC、国際交流基金を活用した国際奉仕
4. その他

卓話

コミュニケーションスキルを上げるコツ
吉村佳恵 氏(グロージック戦略家)

担当:広瀬会員



グロージックというのはグローバル+ロジックの造語で、言語・非言語・ロジックを組み合わせた総合コミュニケーション力強化プログラムのことです。鳥居先生に商標登録していただきました。ありがとうございます。

コミュニケーションとは、思考・感情・情報の伝達のことで、現代において最も必要とされるスキルです。情報を正確に迅速に伝えるというのは基本ですが、それだけではなく、思考と感情が相手の心に達して初めて健全な意思の疎通を図ることができます。心が何よりも重要です。人の行動のしくみが、思考、感情、行動の順であることを知っておくとよいでしょう。

生まれつき社交的な人は世の中ひとりもいません。コミュニケーションの世界に思い切って飛び込むかどうかの違いだけです。漢字で聴くは耳プラス目と心と書くように、偏見を持たず五感をフル活用して情報を収集しつつ、相手の思いや感情をくみ取ろうとする柔軟な心を持つことがコミュニケーションの第一歩です。

3Vの法則によると言語情報(話の内容)は7%、聴覚情報(話し方)は全体の38%、視覚情報(表情と身体表現)は全体の55%を占めています。つまり、私たちが何かを伝えようとする場合、心と表情、言葉と身体の動かし方を一致させるとより一層説得力が増すのです。

コミュニケーションの基本は、大きく分けると4つです。まず相手との心の距離を近くするために、笑顔で挨拶をし、アイコンタクトを図ることが有効です。笑顔は人の

警戒心を解き、挨拶は親しみやすさを、アイコンタクトは信頼を与えるからです。日本人は人と目を合わせて話をするのが苦手な国民です。できれば眉間・鼻の頭・頸の縦のラインを結ぶようにして相手の顔を見るようになるとよいでしょう。そうすれば相手から見て不自然さがあまりありません。

笑顔は世界共通の言語です。鏡の別名を「笑顔製造機」と言います。できれば毎朝鏡に向かって笑顔の練習をされることをお勧めいたします。外国では企業のHPや会社案内に役員全員が満面の笑みで紹介されています。これは信頼の証として投資家に経営者全員の顔が見えるように配慮しているためなのです。

次にお互いの立場と役割を正しく認識する必要があります。偏見を持たずにしっかりと注意して見る・聞くという姿勢も重要です。「偏見とは、人が18歳までに身に着けた常識の塊」というAINシュタインの言葉がありますが、「日本の常識、世界の非常識」ということを忘れないようにしましょう。「～のくせに」「～なのに」という言葉を使わないようになりますが、偏見のかなりの部分を捨て去ることができます。

さらに男女のコミュニケーションの違いについても知っておくとよいでしょう。男性の場合、会話の話題はひとつに絞って、相手の抱える悩みや問題の解決策を何とかして提示しよう、という傾向が強いのですが、女性は決して何か結論を求めている訳ではありません。ただ自分の経験したことを聴いてほしい、感情をシェアして、共感してほしいだけなのです。女性にはまず共感することが大切です。

三つ目に多様性を理解する広い心も必要とされます。同じものを見聞きしたとしても、受け止め方は人によって異なります。そんな時に、自分とは違う捉え方をした人の意見を「そうか、そんな見方・考え方もあるのか」と一旦受け止める姿勢が必要です。国籍が同じでも「ゆとり世代」とのコミュニケーションギャップを埋めるためには、慣れることも必要です。時代は急速に変化しているため、昭和と平成は江戸と明治ぐらいの差があると考えてもよいでしょう。

最後にロジック力、すなわち論理的思考力を応用することも求められます。思考のフレームを用いることにより、国籍や世代の違う人に対してもきちんと道筋を立てて分かりやすく説明することができます。情報を切って、つないで発信すれば、伝えらえる内容とその度合いは増すのです。

早速今日から実生活でお試しいただき、人間関係の豊かで幸せな毎日を送られますように願っています。

前回の出席報告		(4月16日 1376例会)
会員数	35名	ビジター 1名
(内出席規定免除	3名)	ゲスト 1名
出席会員	32名中 24名	出席総数 28名
出席免除会員	3名中 2名	前々回 4/2 M/U 1名
出席率	26/34 76.47%	修正出席率 85.29%

担当：秀島会員



www.rotary.info

ROTARY

121万の
ボランティア会員
世界200カ国

ロータリーソング

四のテスト

言行はこれに照らしてから

真実かどうか
みんなに公平か
好意と友情を深めるか
みんなのためになるかどうか

R-O-T-A-R-Y

R-O-T-A-R-Y,
That spells ROTARY,
R-O-T-A-R-Y is known on Land and Sea.
From North to South, from East to West
They profit most, Who serve the Best
R-O-T-A-R-Y,
That spells ROTARY

奉仕の理想

奉仕の理想に集いし友よ
御國に捧げん我等の業
望むは世界の久遠の平和
めぐる歯車いや輝きて
永遠に栄えよ 我等のロータリー

我らの生業

我等の生業さまざまなれど
集いて図る心は一つ
求むるところは平和親睦
力むるところは向上奉仕
お、ロータリアン 我等の集い

限りなき道ロータリー

奉仕の理想 胸に秘め
友情花と咲かせつつ
生きよう今日も ニコニコと
一筋の道 ロータリー
限りなき道 ロータリー

それでこそロータリー

どこで合っても やあと言おうよ
見つけた時にゃ おいと呼ぼうよ
遠い時には 手を振り合おうよ
それでこそ ローローロータリー

町に灯(ともしび)を

出会いの挨拶してごらん
並木さらさら葉から葉へ
人にやさしい町の風
ロータリー ロータリー
廻って 守れ 風車になって
地球がきれいな息をする

われらがロータリー

「聞こえるかい 熱い心の高鳴りが」
夢を世代に受け継いで
今日も明日もその先も
胸いっぱいに友情深め
肩組んで 謳おう
われらが ロータリー