

東京お茶の水ロータリークラブ



2023-24年度 RI 会長 ゴードン R. マッキナリー
世界に希望を生み出そう
 第 2580 地区ガバナー 栃木 一夫
 ロータリアンの心に火をつけよう

魅力あるクラブにするために
 行動しよう

2023-24年度 クラブ会長 牛島 聡

本日の卓話 社会で子育てをする里親制度 社会福祉法人二葉保育園 二葉乳児院 副院長 長田 淳子様

司会進行
 点鐘
 手に手つないで
 ゲスト・ビジター報告
 ニコニコボックス報告
 会長報告
 幹事報告
 出席報告

岡田 邦男会員
 牛島 聡会長
 加藤 丈晴会員
 海江田健司会員
 岡田 邦男会員
 牛島 聡会長
 藤本 豊大幹事
 岡田 邦男会員

幹事報告 藤本 豊大幹事

- ・3 月度定例理事役員会の議事録を配布いたしました。
- ・次週 20 日は祝日のため休会です。次回例会は 3 月 27 日で観桜会です。よろしくお願ひいたします。
- ・ロータリー希望の風奨学金へのご協力ありがとうございます。

千代田のさくらまつりのご案内 岡田 邦男会員

千代田区のさくらまつりの公式ガイドマップをお配りしました。例年 3 月の終わりに開催していましたが、今年は開花が早まりそうで、3/22~3/24 に行います。3/22 は、千鳥ヶ淵ライトアップの点灯式があり、高山会員の書店街連合会が千鳥ヶ淵の方でマルシェを開きます。14 頁 15 頁には、お花見クルーズのマップガイドも掲載しておりますので、ぜひ皆さんもご参加いただきたいと思ひます。千代田区のいろんなレストランのガイドも、ガイドマップに載っておりますので、ぜひ千代田区を歩いていただいて桜を楽しんでいただきたくお願ひいたします。

ロータリーの友 3 月号の紹介 神保 宏充会員

2 つご紹介したい記事があります。1 つは富岡 RC の藤田大さんのインタビュー記事です。2015 年に富岡 RC に入会された方で、震災当時お兄さんが経営している会社の専務として福島第一原子力発電所の社員食堂の運営に関わってらっしゃいました。震災当時の状況や、避難先での炊き出しの状況などについてお話をされています。その後 2015 年に富岡 RC に入会されるわけですが、会長のときに 14 人会員増強した話や、RC を通じて故郷との繋がりを深めていったという話もされていて、私たちの参考になるかなと思ひましてご紹介いたします。栃木ガバナーの記事も載っております。東京北 RC の紹介も兼ねて、三笠宮崇仁親王がいらしたときの話や若い頃の写真も載っておりますので、ご覧になられるとよいかと思ひます。

出席報告

会員数	38 名	ゲスト	2 名
出席	18 名	ビジター	0 名
ZOOM	1 名	合計	21 名

ゲスト・ビジター

ゲストスピーカー
 山田会員奥様

古川 一美様
 山田ひろみ様

誕生日祝い

3 月 11 日 木宮 雅徳会員
 3 月 21 日 西村美智子会員



ニコニコボックス

牛島会長 古川様、本日の卓話よろしくお願ひ致します。
 土居会員 PETS も終わり、間もなく海江田さんのスタートです。本日古川さんの卓話楽しみです。
 海江田会員 先週 PETS 出席してきました！古川様卓話楽しみにしております！
 山田会員 古川さん、お話楽しみにしております。
 岡田会員 千代田さくらのガイドブックお配りしました。よろしくお願ひいたします。
 山下会員 古川様の卓話が楽しみです！
 計 18,000 円 累計 489,500 円

会長報告 牛島 聡会長

2024-25 年度青少年交換プログラム「ホストファミリーの募集とファミリーバンク登録のお願い」をお配りしました。当クラブでも 2017-18 年度に青少年留学生を受け入れましたが、当時、交換留学生のホストファミリーはクラブから出すのが基本で、非常に苦労している伝手を使いお願ひしてようやく 1 年間過ごした経緯があります。地区の方針も変わり、ホストファミリーになってもいいという方たちをファミリーバンクとしてストックし、受け入れクラブでファミリーが足りない場合、地区が補助、援助するというスタイルになりました。ご家庭のご都合もありますし、受け入れには責任も伴います。高校生のその年ごろは問題を起こす場合もあって負の部分もありますが、日本を経験し日本のファンになってもらうという社会的使命もありますので、ぜひご協力お願ひしたいと思ひます。



認知症の理解と関わり！！～共生社会を目指して～

杏雲堂病院 認知症看護認定看護師 古川 一美様

■認知症支援シンボルカラー

シンボルカラーは「オレンジ色」、正確には「柿色」です。約400年前の江戸時代、日本で初めて赤絵磁器の焼成に成功した酒井田柿右衛門という陶工がいましたが、夕日に映える柿の実の色からインスピレーションを得て作り出した赤絵磁器は、海外にも輸出され世界的な名声を誇りました。「柿色」も、柿右衛門と同じように、世界中で認められるようにと願いをこめて使われるようになりました。また温もりを感じる柿色は「手助けします」という意味も持っています。

■認知症の基礎知識

<認知症の人数>

日本の認知症高齢者数は、2012年に462万人と推計されており、2025年には約700万人になると見込まれています。予備軍と呼ばれている人は400万人いると言われています。予備軍とは、年相当以上に物忘れがあるが、特に生活に支障がない状態をいいます。生活に支障が出てくると認知症と言うことになります。認知症はいまや誰もがなり得るもの、身近なものであり、今後ますます増加が予想されます。認知症の人が、住み慣れた地域で安心して暮らせる社会を実現するためには、共に支え合い、地域で丸となった取り組みが必要です。

<認知症は脳の病気>

認知症というのは脳の病気です。大脳は4つに分かれていてそれぞれ役割分担をしています。

- おでこの辺り：計画を立てる
- 耳のあたり：記憶する
- 後頭部：物を見る
- 頭のてっぺん：認識する

<認知症の種類>

認知症は大体70～80種類ぐらいあると言われています。そのうち有名なのは、脳血管認知症、アルツハイマー型認知症、レビー小体型認知症、前頭側頭型認知症、この4つの認知症で認知症の95%ぐらいを占めます。

<認知症っていったい何・・・>

脳におきた変化によって記憶障害などが起こり、日常生活を送ることが困難になっている状態を認知症といいます。特にアルツハイマー型認知症の人は、全員この記憶障害が起こると言われています。記憶が障害されてしまうのがアルツハイマー型認知症の特徴です。

<物忘れと認知症の違い>

歳をとると物忘れは出てきますが、アルツハイマー型認知症の方との違いは、記憶障害が有るか無いかです。私たちがやらないようなことをした場合は、その原因は、記憶の障害です。

<記憶障害と適切な関わり方>

人は「老化」により、だんだん覚えにくくなります。認知症になるとどうなるか、新しいことを頭の中に覚えることができなくなってしまいます。覚えられなくなる病気なのです。だから、アルツハイマー型認知症の人と関わる時は、私たちとの違いである記憶障害を正しく理解することが大事なのです。

また認知症の人を焦らしたり、不安にさせることはよくありません。焦りや不安といったストレスは、認知症の進行に大きく関係していると言われています。アルツハイマー型認知症は進行していく病気です。進行を緩やかにするために「適切な関わり」が大事です。焦りと不安の反対の気持ち、安心を感じてもらうことで認知症の進行が緩やかになると言われています。だから、認知症の方が安心できるように、私たち一人ひとりが適切な関わり方を学ぶことが大事なのです。

■認知症の方の行動には必ず理由がある

認知症の人で洗濯機や炊飯器をうまく使えなくなる人がいます。洗濯機だ、炊飯器だってことはわかっているけど、使い方を忘れてしまうのです。私たちが、毎日当たり前のように使っている洗濯機や炊飯器は、いろんなことが、順番通り全てできないとうまく使えないものなのです。1つでも覚えていたことを忘れてしまうと、それが何であるか、わかっているもうまくできなくなってしまうのです。どうして、認知症でも、分からないのに触ろうとするのでしょうか。

■誰かのために何かをしたい

それは、誰かのために何かをしたいからです。認知症の方の行動にも必ず理由はあります。それなのに、怒ったり叱ってしまったりしたらどうでしょうか。目の前の人の思いを理解することが大事なのです。

■安心できる大切さ

認知症は早期発見・早期対策が大切だと言われています。アルツハイマー型認知症は進行していく病気ですが、老化から一気に1人で生活が困難になるわけではありません。初期の頃に、周りの人が適切な関わり方をすることで、認知症の人が安心できれば病気の進行が緩やかになり、初期の状態を少しでも長く保つことができます。そのために、役割を持ってもらう、できることはどんどんしてもらう、できることをしていると人は安心できます。この、安心という気持ちこそ、認知症の進行を緩やかにできる大事な要素なのです。

■私たちにできること

アルツハイマー型認知症になると記憶障害が原因でいろんなことをするかもしれません。どんな記憶が消えてしまうかは、自分では選べないです。でも、本人は決して間違ったことをしようとか、誰かを困らせてやろうなんて思っているわけではありません。記憶障害とは、さっきしたことを忘れるだけではないのです。わからなくなったわけではなく、わかりにくくなっただけで、その中で目の前の環境に適応しようと一生懸命考え自分なりに正しいと思うことをしているのです。大切な人のために何かしたい、周りの人に迷惑をかけたくない、それは誰もが思っていることです。大切なことは、ひとりひとりが大切な人の心を理解できるようになることです。



■「共生」「共生社会を目指す」

認知症が痴呆と呼ばれていた頃「ボケたら何もわからなくなるから本人は幸せ」と多くの人が言っていました。痴呆の人は何もわからなくなった人、だから問題を起こすのだと考えられていました。でも、認知症の人の言葉に耳を傾け、行動を観察してみると、認知症になると、何もわからなくなるのではなく、わかりにくくなるだけなのです。認知症の人を、何も分からなくなる人、困った・問題を起こす人と思うのは、一方向でしかとらえていない偏見です。

日本は、2004年に「痴呆」から「認知症」に名前が変わりました。2023年に認知症基本法が制定され、「共生」「共生社会」という言葉が多く使われるようになりました。「共生」とは、認知症の人が、尊厳と希望を持って生きる、また認知症であってなくても、共に生きるという意味です。

しかし、今まで認知症の人の行動を問題行動と決めつけてきたため、未だネガティブな風土が強く残っている所もあります。国が目指す「共生社会」実現には、知識や理解を深める活動が大切なのです。

認知症になっても、できることは沢山あります。分かることも沢山あります。問題を起こすと思っているのは、その行動を理解できていない人達です。繰り返しお伝えしますが「認知症の人の行動には理由がある」と覚えておいてください。

最後に、今回の話が、少しでも皆様の生活に役立てば幸いです。ありがとうございました。



第1361回 2024年3月27日(水)

移動例会 観桜会

司会進行
点鐘
ゲスト・ビジター報告
会長報告
幹事報告

岡田 邦男会員
牛島 聡会長
永井 一史会員
牛島 聡会長
藤本 豊大幹事

会長報告 牛島 聡会長
・本日の御礼

幹事報告 藤本 豊大幹事

・次週例会は東京ドームホテルでの開催です。理事役員会ですが、4月度より今年度・次年度合同の理事役員会になりますので、関係者の方は11:30までにご参集ください。

<地区関係行事>昨日3月26日の地区研修セミナーに、土居会員、西村会員、神保会員、木村会員が出席いたしました。

ゲスト・ビジター

牛島会長お孫様
和田会員同行者
岡田会員奥様
岡田会員同行者
〃 同行者
〃 同行者
〃 同行者
〃 同行者
〃 同行者
〃 同行者
元米山奨学生

牛島 綾介様
日根野雅敏様
岡田 恵美様
渡辺よりこ様
渡辺 真由様
秋田きよか様
符 文 卿様
お う き様
周 麗 君様
カンミョンチェ様
カンミョンチェ様のお母様
チミンカン様

今後の予定

4/10 (水) オンライン例会 大原 正道会員
イニシエーションスピーチ
4/17 (水) 休会
4/24 (水) (於)ブックハウスカフェ
地区研修協議会報告

