

御坊東ロータリークラブ
Club Weekly Britain
 since 1996.2.14

例会 水曜日 18時30分 御坊御坊商工会館3F
 事務局 〒644-0002 和歌山県御坊市藪350-28(御坊商工会館3F)
 連絡先 TEL 0738-23-2334 FAX 0738-22-1234
 E-Mail gobocast-rc@naxnet.or.jp

四つのテスト(Four way Test)
 (1) 真実かどうか (2) みんなに公平か
 (3) 好意と友情を深めるか (4) みんなのためになるかどうか

会長 龍田安廣 廣弘史
 副会長 龍小池 佳史

☆ 司会進行 SAA - 細川幸三 君

<ゲスト>

* 日高博愛園特別養護老人ホーム
 生活相談員 大森真様 様



本日のプログラム

「認知症について」

日高博愛園特別養護老人ホーム
 生活相談員 大森 真 様

会長告知

会長 龍田安廣 君

皆さん今晚は、本日はゲストとして、日高博愛園より生活指導委員「大森 真様」において頂いております。後程、卓話を本日のプログラムとして、認知症についてお話しをして頂く事になっております。よろしくお祈り致します。

さて、当クラブの小林君が厚生大臣賞を受賞致しましたこと、重ねましておめでとうございます。今後のご活躍をお祈り申し上げます。



そして雑賀君が Europe cruise の旅15日間の日程を無事終え、帰って参りました。今後時間の許すときには、旅のお話しをお聞きしたいと思っております。

話は変わりますが、今年も年末ジャンボ宝くじがこの26日より、販売されております。ちなみに前後賞合わせて一等賞金が4億円と言うことで史上初6億円と言うことであります。



まだまだ宝くじについてはお話ししたいところがありますが、宝くじの宣伝をするのではないのですが、とりあえず買わなくては当たりませんので、皆さんも年末から年始に夢を持ちませんか。私は少しであります、購入して参りました。期待をしているところであります。これで挨拶を終わります。

幹事報告

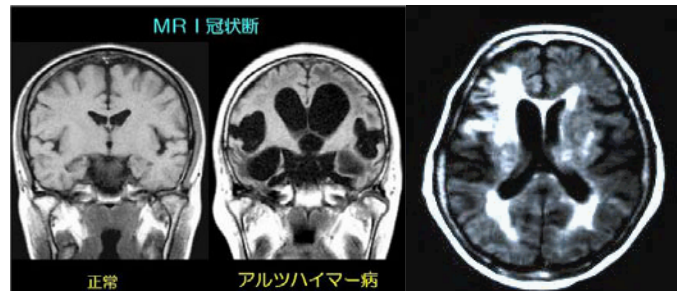
幹事 小池佳史 君

○2630 地区 1997-'98 パストガバナー 福井隆男氏より(鈴鹿西 RC) 雑賀さんへお世話になりましたという葉書が届いたので披露する。

- 高齢社会
 2013年には高齢化率 25.1% 4人に1人が高齢者
 2035年には 33.4% ⇒ 3人に1人が高齢者
- 高齢者の人口
 2016年には段階の世代が高齢化入りし、高齢者人口はピークを迎える
 2031年から徐々に減少に向かう
- 認知症高齢者
 2012年 305万人
 2015年 315万人
 2020年 410万人
 2025年 470万人
 高齢者の10人に1人が認知症に



- 「認知症とは」
 いったん正常に発達した知能(脳)に何らかの原因で記憶・判断力などの障害が起き、日常生活がうまく行えなくなる病的状態
- 主な原因
 アルツハイマー病、脳血管障害による認知症など現在約80種類の病名がある。
- 余命
 個人差はあるが、2～十数年かけて進行し、寝たきりとなる。
- アルツハイマー病の発症要因
 遺伝子型・高血圧・糖尿病・喫煙・高脂血症などの生活習慣などが危険因子となる。



脳血管性認知症

- 主な症状
 ・記憶・学習能力の低下… 新しいことを覚えていられない
 ・見当識能力の低下… 時間や場所、空間や人に対する判断ができない

- ・実行能力の低下… 思考したり、計画したりまたそれを実行することができない
- ・言語・計算能力の低下… 言いたい言葉がでない、お金の管理ができない
- ・思考能力・注意力の低下… 考えて判断することや、集中力がなくなる
- ・失行… 歩いたり、食物を口に入れたら噛む、自転車に乗るなどの考えることなく自動的に行える行動が、自動的に行えなくなる
- ・失認… 視覚・聴覚・嗅覚・味覚・触覚などの感覚を解釈する能力が変化してしまう

○具体的な症状

1. 同じことを何度も言ったり、聞いたりするようになった
2. 置き忘れやしまい忘れが目立つようになった
3. 蛇口やガス栓の閉め忘れが目立つようになった
4. 日課をしなくなった
5. 以前はあった興味や関心がなくなった
6. 時間や場所の感覚が不確かになった
7. 物の名前が出てこなくなった
8. だらしなくなった
9. ささいなことで怒りっぽくなった
10. 財布やお金、物品などを「盗まれた」というようになった

○生活習慣は？

食習慣では、魚(EPA・DHA などの脂肪酸)の摂取、野菜果物(ビタミン E・ビタミン C・βカロテンなど)の摂取、赤ワイン(ポリフェノール)の摂取などが本症の発症を抑えることが分かっている。

運動習慣も発症の危険を下げる。有酸素運動で高血圧やコレステロールのレベルが下がり、脳血流量も増すためである。

⇒ 知的生活習慣も発症の危険を下げる。

たばこは、発症の危険性を高める。自らタバコを吸う(能動喫煙)だけではなく、非喫煙者であってもタバコから出る有毒物質(受動喫煙)の影響を受け発症率が高まる

○症状に気づいたら・・・

早期診断、早期治療！！

○相談事例(77 歳男性の場合)

○認知症チェックをしてみよう

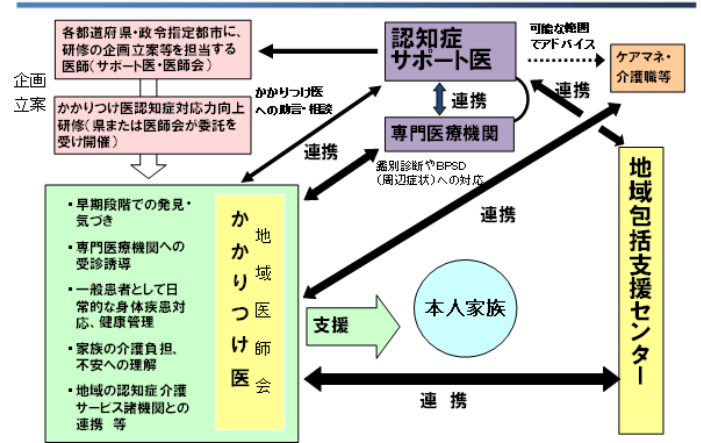
○もし、認知症と診断されたら・・・

介護のワンポイント

1. 物忘れ ご飯食べた？
2. 妄想 誰か私の財布をとった
3. 徘徊 家に帰らないと・・・
4. 攻撃的 うるさい
5. 介護拒否 今日はお風呂に入りたくない

「地域にはたくさんの認知症高齢者がいます。
認知症サポートの取り組みにご協力を!!」

かかりつけ医・サポート医が参画した
地域における認知症高齢者支援体制



ニコニコ箱

SAA 細川幸三 君

- ◇小林隆弘 君(過分に) 私共の職員が卓話をします。皆様宜しくお祈いします。
- ◇雑賀鈴夫 君(過分に) 長い間欠席すいませんでした。
- ◇龍田安廣 君 大森様、本日よりしくお祈いします。
- ◇白井 勇 君 大森様本日よりしくお祈い致します。
- ◇玉置幸史 君 家庭集會ご苦勞様でした。雑賀さん無事おかえりなさい。
- ◇尾崎達哉 君 雑賀さん、この前は有難うございました。
- ◇細川幸三 君 大森様、本日はヨロシクお祈いします。雑賀さん、この前ご馳走様でした。

出席報告

出席委員会 栗本 浩 君

会員数	欠席者	出席者	免除会員	出席率
14名	名	14名	0	100.0%
11月14日 の修正出席率				78.6% ⇒ 85.7%