



2018 - 2019 会長 五味 徳雄 幹事 北原 正博

Vol.23 1769 2019.1.30

五味会長挨拶

寒い日が続きますが、月末で雪が無い冬は珍しい冬です。御神渡りも期待できそうにありません。インフルエンザが流行しています体調には十分注意してください。



先日の今年度のメイン事業であります、シルクド・ソレイユ公演見学旅行に多くのメンバー又ご家族の皆様方の参加を頂き盛大に行う事ができました。ありがとうございました。思いでいっぱい記憶に残る一日であったなら幸いです。旅行中、大阪なおみ選手が全豪オープンテニスでの優勝がありました。日本女性のスポーツ面での強さを世界にアピールしてくれました。

今日、卓話をいただく原田先生におかれましては囲碁アマチュア最高位の八段を取得されました。おめでとうございますと共に今日は宜しく願いいたします。

論語に有名な言葉があります。15才学問を志す。30才自主独立する。40才迷うことなく自分の信じる道を進むようになる。50才自分が何のために生きているかを知るようになる。60才他人の言葉を素直に聞けるようになる。70才思うままに振舞っても道を外すような事は無い、と言っています。

自分自身の人生に照らし合わせて将来の目標を立てる時に役立ててください。ボケない目標も立てたいものです。

終わりにシルバー川柳から一句。

「本性が出ると言うからボケられぬ」

※別紙幹事報告書

1月度のテーマ

「職業奉仕月間」

・職業奉仕委員会 原田委員長より「認知症について」のテーマで卓話をいただきました

卓話

職業奉仕委員会 原田和郎 委員長

「認知症について」



- ・「認知症」は10年ほど前までは「痴ほう」と呼ばれていましたが、適切で無い呼ばれ方との意見もあって、最近は認知症と呼ばれるようになりました。
- ・WHOは認知症の診断基準として6ヶ月以上持続することを条件としています。日本での定義も6ヶ月以上の持続を含めて6つを定義しています。
- ・認知症と加齢による物忘れの違いは区別されます。例として、加齢による物忘れは「食べたものを思い出せない」のですが、痴呆症の場合は「何かしら食べたこと自体を忘れてる」のです。
- ・認知症は、アルツハイマー型(63%)、血管性(15%)、レビー小体方(5%)が3大認知症です。
- ・認知症は完治できるものもあり、慢性硬膜下血腫が原因の認知症は良くあります。その他に正常圧水頭症、薬物の副作用、甲状腺機能低下症、ビタミンB1,B2欠乏、脳腫瘍が原因のものは完治可能です。
- ・認知症にならないためにはバランスの良い食事、適度な運動、熱中できる趣味を持つたり頭を使った生活を心がけるなど、いくつかの生活習慣を実践すること、塩分を控えめにする、青魚を含む魚介類を食べる、よく噛んで食べる等の食生活を心がけることが大事です。
- ・最後に認知症の診断に使われる、長谷川式認知症スケールを紹介します。9問の問題が出されて満点は30点です。21点以上であれば認知症の心配はありません。

ニコニコBOX

人数 23人  
金額 33,000円

- ◎五味徳雄会長 好天続きで寒天製造順調ですが、もうすぐ製造終了です。
- ◎中村達弥会員 結婚祝いのお花ありがとうございます。金婚式まであと48年...
- ◎長崎寛文会員 名古屋の旅、おつかれ様でした。おかげ様で多勢の参加をいただきました。

出席報告

会員数 56名  
出席 46名  
出席率 82%