

WEEKLY REPORT

SAGA YAMATO ROTARY CLUB

国際ロータリー第2740地区 第1グループ

第1119回例会

2017~2018 年度 国際ロータリーのテーマ

ロータリー：
変化をもたらす

RI 会長

イアン H.S. ライズリ (Sandringham RC)

第2740地区ガバナー

駒井 英基 (佐賀南 RC)

プログラム

2017年11月28日 (火)

- ① 開会点鐘
- ② 開会の辞
- ③ ロータリーソング
「奉仕の理想」
- ④ 四つのテスト
- ⑤ 来訪者紹介
- ⑥ 出席報告、ニコニコ BOX 報告
- ⑦ 幹事報告
- ⑧ 米山功労者 (メジャードナー) 表彰
会 食
- ⑨ 外部卓話
米山記念奨学委員会・地区委員長
大家和義 様 (小城RC)
- ⑩ 閉会点鐘

MEMO

次回例会 12月5日 (火) 12:30~ 龍登園

創 立 1994/2/22
 例会日 毎週火曜日 12:30~13:30
 会場 ホテル龍登園 0952-62-3111
 第4火曜日 18:30~19:30
 会場 炭火焼肉丸美屋 0952-20-7770

会 長 井手浩利 幹 事 川浪正大
 会報委員 古賀くみ子 吉村正則
 事務局 佐賀市大和町大字東山田 1857-13
 TEL・FAX 0952-37-9180
 E-mail yamatorc358@juno.ocn.ne.jp

来訪者紹介

圓佛 洋佑 様

(大牟田 RC)

出席報告

11月07日／メイクアップ1名	27名中15名 (免除1名)	57.69%
11月14日／メイクアップ2名	27名中16名 (免除2名)	64.00%
11月18日／メイクアップ2名	27名中18名 (免除1名)	69.23%

外部卓話

12月05日 社会奉仕委員長・帯屋徹様

会員卓話

「フレイルと関連のある疾患」

中西弘 会員

昭和21年から新聞掲載のサザエさんちの54歳の波平父さんと御年82歳の堤さんとは、あまり変わらないような感じですよ？長寿社会になったという事です。長生きになった事は良い事です、介護保険や介護に関する問題が出てきています。

フレイルとは「虚弱、老衰」「弱々しい」と訳されます。症状として 1. 体重の減少 2. 疲れやすい 3. 歩行速度の低下 4. 握力の低下 5. 身体活動量の低下があげられます。フレイルには体重減少や筋力低下などの身体的変化だけではなく、気力の低下などの精神的な変化や社会的なものも含まれます。これを早く把握して要介護の状態にならないようにしましょうという事です。

サルコペリアとは、加齢や疾患により、筋肉量が減少することで、握力や下肢筋や・体幹筋など全身の筋肉低下が起こる事を指します。または歩くスピードが遅くなる、杖や手すりが必要になるなど「身体機能の低下が起こる事」を指します。日常生活に必要な「体を動かす能力」が低下し、生活の自立度が下がる状態で、何も対処しないと、要支援・要介護状態になる恐れがあります。さてどうするか。要するに介護を要さない状態で長生きをしていかなくてはならないという事。人間は足からと言われるが、摂食の問題も出てくる。早期に発見し、成人病にかからないようにすることが大事。食べる事、普段から1万歩歩く等を推奨しています。

「改めて 自己紹介」

於保静枝 会員

平成9年5月旧大和町のゴミ処理施設が稼動し同時に町より施設内にある不燃物処理の委託を受け始めました。その後市町村合併により佐賀市に施設が統合され、現在は佐賀市高木瀬にある佐賀市清掃工場内へ移り水処理施設運転管理及び運搬を主な業務として行なっています。

私は、佐賀市北商工会女性部の部長をしています。女性部の活動はいろいろありますが中でも商工会合併前の大和町女性部で昭和60年から始められた地区内の老人福祉施設への慰問活動はなかなかのものです。以前慰問した施設で面白い光景を見ました。最前列中央に70～80才代のおじいさんとおばあさんが仲良く座って観ておられ、踊りの合間に部員の一人がおじいさんに声をかけると隣のおばあさんがダメという素振りをされました。認知症もあるようですが、いつも二人仲良く見ていると微笑ましいですよと話していました。私たちも何十年か先？お世話になるのかなと笑い話をした一日の出来事でした。

行事予定

月 日	行 事	会 場
12月05日(火)	外部卓話・帯屋様	龍登園
12月12日(火)	1121回例会	〃
12月19日(火)	振替休会	・・・
12月22日(金)	クリスマス会	龍登園
12月26日(火)	休会	・・・

※2018年1月16日(火) 新年会(杉乃家)



日時 12月22日(金) 18:30～

場所 龍登園 8F

会員は、3000円以上のプレゼントを1個お持ち寄りください。