KURE ROTARY CLUB　ROTARY INTERNATIONAL DISTRICT2710

WEEKLY BULLETIN

2023年12月7日(3479例会)(創立73周年)　呉ロータリークラブ週報　NO.3393

■呉 RC 2023～2024 年度テーマ　『できる「奉仕」と「親睦」～さらなる前進を目指して～』

会　長　大上　功
副会長　奥原祥司　幹　事　多賀　茂　会長エレクト　長行事義人
直前会長　増岡真一　会　計　谷口好朗　会場監督　江山恭弘

〈事務局〉〒737-0045　呉市本通4丁目8-12
呉商工会議所ビル南館7階 705号室
☎(0823)24-4411　FAX(0823)21-5692

〈例会場〉〒737-0051 呉市中央1丁目1-1 呉阪急ホテル
☎(0823)20-1111　FAX(0823)20-1120
〈例会日時〉毎週木曜日　12：30～13：30

E-mail▶kure3rc@urban.ne.jp　HP/URL▶http://www.kurerotaryclub.jp　My Rotary▶https://my.rotary.org/ja/user

Rotary　CREATE HOPE in the WORLD

「世界に希望を生み出そう」
2023～2024年度　ゴードン R. マッキナリー　RI会長テーマ

今週のメインプログラム

12月7日（木）

年次総会
新会員卓話
大之木 伸行 君
片山 功一郎 君

次週のメインプログラム

12月14日（木）

長期ビジョン特別委員会担当例会

第3478例会記録【11月30日㈭】

【プログラム】　青少年奉仕委員会担当例会
外部講師
「広島県立呉三津田高等学校の生徒さんによる
シンガポール修学旅行の体験発表」
2年5組：池田 庵二 さん、開内 伴流 さん、松岡 依央 さん、
村上 和奏 さん
2年6組：金本 浩一 さん、佐橋 慶紀 さん、太刀掛 咲希 さん、引率教諭 英語科 藤田 奈美 様
修学旅行といえど私たちの頃のそれとは内容が全く違うことに只々驚き、そして感心を通り越して感動すら覚える素晴らしい発表でした。私の古い感受性ではただ驚くばかりですが、多様性や国際的な感性を少しでも見習いたく思える内容でした。

Facebook　Home page

【出席率】　前々回79.17%　今回84.51%（会員75名・欠席11名・免除4名）

【来客】　外部講師　広島県立呉三津田高等学校　教頭　神垣 有孝 様　生徒の皆さん

【他クラブ出席者】　◇勝坂君（11/20北海道2500ロータリーEクラブ）西藤君（11/21呉南）大之木（精）君（11/21第52回ロータリー研究会・1日目）　海生（知）君（11/22北海道2500ロータリーEクラブ）大之木（精）君（11/22第52回ロータリー研究会・2日目）　海生（知）君（11/28北海道2500ロータリーEクラブ）大之木（精）・大村・中野・沖田・宇都宮（公）・長行事君（11/29呉東）　12名

【欠席者】　◇岩本・畦・大石・大之木（小）・大之木（伸）・海生（知）・武田（介）・寺坂・中野・山路・山本君　11名

【出席免除者】　◇宇都宮（五）・奥川・海生（孝）・武田（保）君　4名

【幹事報告】　◇国際ロータリー第2710地区　井内 康輝 ガバナー…秋田県豪雨災害に対する支援金について。
…地区大会の御礼状及び、ダイナースカード作成のお願い。
…2024年シンガポール国際大会参加のお願い。

◇広島西ロータリークラブ…例会変更のお知らせ。12/21㈭「夜間例会並びに家族同伴懇親会」の為、18：00～ANAクラウンプラザホテル広島へ変更。12/28㈭、1/4㈭クラブ定款第7条第1節（C）項により休会※メークアップ受付あり。

◇広島中央ロータリークラブ…例会変更のお知らせ。12/18㈪「県立南特別支援学校訪問例会」の為、12：30～広島県立広島南特別支援学校へ同日変更。12/23㈯「夜間例会及びクリスマス家族会」の為、18：00～グランドプリンスホテル広島へ変更<12/25㈪の変更>

◇次週12月7日㈭年次総会を開催いたします。

【委員会報告】　◇会員増強・職業分類委員会　大塩 俊 委員長…ご自身の職業分類について。確認とご意見ご要望のお伺い。（配付）

◇ロータリー情報研修委員会　12/14㈭新会員勉強会の御案内（対象者配付）

◇親睦活動委員会　神田 健治 委員長…12/14㈭新会員歓迎会の御案内（配付）

◇呉ロータリークラブ写真同好会　中河原 圭司 幹事…「呉ロータリークラブ写真大展示会」のお知らせ。12/21㈭忘年例会にて開催。（配付）

【S.A.A】　◇太刀掛 祐之 君…当社の武道場でケイコに励む呉悠心会少年剣道教室の小学6年生のY君が、先日の全国大会で日本一となりました。当社道場始まっていらいの快挙です。☺

◇森沢 大司 君…10月11月といい事が続きました。おかげさまでニコニコさせていただきます。

◇八木 康夫 君…先日のロータリーゴルフコンペではグリンバーズゴルフクラブへご来場頂きありがとうございました。自分の成績はともかく天候に恵まれホッとしています。

◇菅原 博文 君…先日の呉ロータリーゴルフ同好会コンペで、見事逆優勝最下位でした。今年のゴルフ同好会での流行語になっています「恥を知れ!!」を肝に命じ、ニコニコ致します。

◇片山 功一郎 君…11月9日の呉RCゴルフコンペで準優勝させていただきました。NETで川畑さんと同スコアでしたが、年齢順で私となりました（川畑さんスミマセン）。一緒にラウンドした佐々木さん、神田 健治さん、菅原さんのおかげで実力以上の力が発揮でき、感謝しています。結果と併せて、賞品の松茸をいただき妻にも自慢することができましたので、ニコニコさせていただきます。

◎ニコニコ基金金額　26,000 円（累計金額　721,000 円）

「我が国の寝たきり老人の数は世界一」

国家公務員共済組合連合会 呉共済病院 顧問　村上　恒二

このたびは「疾病予防と治療月間」にちなみ、広報・クラブ週報委員会寺坂薫副委員長に御願いして、村上恒二様（2015～16広島中央ロータリークラブ会長 国家公務員共済組合連合会呉共済病院顧問）に御寄稿戴きました。

寝たきり老人になる大きな要因としてフレイルという言葉があります。フレイルは、老化に伴う身体機能の低下（身体的フレイル）、認知機能も含めた精神機能低下（精神･心理的フレイル）、独居･経済困窮などを含めた社会的側面（社会的フレイル）の3つがあり、これら3つが連鎖していくことで、要支援･要介護となるリスクが高い状態です。

2020年の介護保険業状況報告（厚生労働省）では、施設に入所している寝たきり老人だけで、300万人以上おり、自宅等で寝たきりになっている人を含めればさらにその数は増えます。2021年度末時点の厚生労働省統計では、介護や支援が必要とされる人々は、前年度比1.1％増の690万人となり、うち601万人が75歳以上であることが明らかとなり、過去最多の数値と報じています。とくに、75歳以上の高齢者が多くを占めていることから、今後もこの傾向は続くと予想されています。

介護や支援が必要とされる人々については、終末期における平均寿命と健康寿命の問題があります。わが国の男性の平均寿命は 81.47 年、女性の平均寿命は87.57年となり、平均寿命（死因にかかわらず生まれてから死ぬまでの期間）と健康寿命（自立した生活を送れる期間）との差は、男8.79年、女12.19年となっています（令和3年簡易生命表、厚生労働省、2022.7.）。この平均寿命と健康寿命との差は、支援や介護を必要とするなど、健康上の問題で日常生活に制限のある期間が平均で9～12年あるということです。極論すれば終末期の最後を寝たきり状態として過ごす期間があるとも言えます。

高齢者を含め、わが国の寝たきり老人の数は世界1と言われていますが、日本以外の国では、医療機関などには「寝たきり老人」はほとんどいないとされています。それは、自力で生活できなくなった人に過度な延命治療はしないので医療機関に寝たきりで何年も生きているというような人はほとんどいないのが現状です。「自力で生きることができなくなったら、無理な延命治療はしない」ということは先進国ではスタンダードとなっています。

日本が世界的な長寿の国であることは有名であり、その平均寿命は今もなお延び続けています。ただ、平均寿命には「健康、不健康」の概念がないため、一人ひとりが健やかに、自立した生活を送るためには、「健康寿命」を延ばすことが大切です。幸いにもフレイルには「可逆性」という特性があります。歩く、筋トレをするなどの「身体活動（運動）」や、就労や余暇活動、ボランティアなどに取り組む「社会参加」などフレイル予防に努め、健康寿命を延ばして人生終末期の寝たきりを回避あるいは短縮することができれば理想的と言えます。