

## よいことのために手を取りあおう

地区スローガン：「未来へつなぐ」  
 クラブテーマ：「未来のために種をまこう」  
 R. I 会長：フランチェスコ・アレツツォ  
 第 2650 地区ガバナー：小崎 学

## TAKEFU WEEKLY

Rotary  
 武生ロータリークラブ



創 立／1954 年（昭和 29 年）6 月 30 日  
 事務局／〒915-8522 越前市塚町 101 武生商工会館内  
 TEL. 0778-23-5210・FAX. 0778-22-2333 E-mail: takefuro@es.ttn.ne.jp

例会日／毎週火曜日 例会場／武生商工会館  
 会 長／井上 常宏 幹 事／鎌谷 孝之  
 会報委員長／鷺田 文枝

## 第 3362 回 例会 記録 令和 8 年 4 月 21 日(火)

本日出席会員 26 名  
 メークアップ(前々回) 2 名  
 出席率(前々回補正) 75.00%

会員総数  
 44 名

ロータリーソング「奉仕の理想」  
 ゲスト：地区 RLI 委員会 委員 須賀原和広氏

## 会長挨拶 第 72 代会長 井上 常宏



認知症は、完治が難しく、認知機能の低下が進行すると、本人の日常生活が困難になるだけでなく、家族にも大きな経済的・精神的負担をもたらし、がんよりも怖い病気だと受け止められています。WHO（世界保健機関）によると、現在の認知症患者数は 5500 万人～5700 万人いると言われています。2030 年には約 7500 万人まで増える見通しになっています。現時点の研究では、どの行動や生活習慣も「これで必ず予防できる」と言える段階までには至っていないようです。アメリカの研究によると、アフリカ系アメリカ人やネイティブアメリカン、アラスカ先住民が認知症の発症率が高いようですが、まだ解明していない部分が多いようです。私の親戚も、認知症を抑制

する薬を飲んでいますが、そんなに改善しているように感じません。

しかし、認知症予防のためにできることはあるようです。それは、高血圧を管理すること。血糖値を管理すること。適正体重を保つこと。健康な食事を心がけること。身体活動を続けること。脳を活発に使うこと。家族や友人とのつながりを保つこと。聴力の低下に対応すること。心と体の健康を管理すること。質の良い睡眠を確保すること。頭部外傷を防ぐこと。飲酒量を減らすこと。禁煙すること。以上のことに気を付けて健康的な生活習慣を維持することが、認知症にかかわるリスク要因の軽減に役立つ可能性があるとして示されているようです。

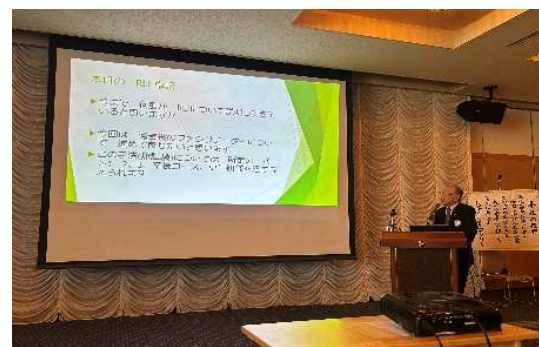
病気について家族は近くにいても気づかない場合が多々あると思います。ご自分の体は年を重ねるにつれて衰えていくものです。脳機能の低下については、自分では気づかない場合が多いでしょう。私は、妻に認知症になったら面倒を見る自信がないから、自分で認知症にならないように努力してくださいと伝えています。皆様も、認知症にならないよう健康的な生活習慣に取り組むことを心がけ、ロータリーの例会に元気な体で出席してください。

本日もよろしくお祈いします。

## プログラム

## ゲスト卓話「RLI について」

地区 RLI 委員会 委員 須賀原和広氏





～自己紹介～

須賀原 和広

福井ロータリークラブ所属 1991 年入会

クラブ内 … 幹事 会長 各委員会

地区出向 … ロータアクト委員会

ガバナー補佐

現在 RLI 委員会

職業分類 … 現役を卒業後 わずかな不動産管理  
と年金暮らし

興味 … 神社めぐり  
日本人初のロータリアン  
福島喜三次の数々の功績

趣味 … ドライブ アマチュア無線

資格 … 空以外 挑戦取得

RLI セミナーでは、クラブのリーダーとなる人、望む人、会社でのリーダーを目指す人を対象にしており、経験の浅い人も経験の深い人も学ぶ事ができます。また、従来の一方向的に聞くことから、ファシリテーターの導きで共に学ぶ事を目的としており、ロータリーの基礎知識とクラブの諸問題点と改善方法について行われ、クラブ間での情報交換にも役立っています。

予め提示された設問に対し、参加者の色々な業種、経験、性格の相違する意見を出し合いながら、和気藹々とした中で気づきを感じられます。

セミナーでは、毎回 80 名程の参加者と交流ができ知り合いを深める絶好のチャンスです。多少のデメリットはあるもののメリットの方が多くようです。今まで何度か RLI について説明してきているかとは思いますが、今回はこのファシリテーターについて進めさせていただきます。

この手法(無試験)については、所定のパート 1, 2, 3, 卒後コース、更にファシリテーターの研修をへて与えられます。

今回配布させていただきました資料をご覧ください。今期のファシリテーター研修に使われている内容です。この設問からどう皆さんの意見を引き出すことができるか(余裕があれば参加者の性格判断ができると思います)

ファシリテーターの標語に、「習うより慣れろ 語るな語らせよ 振って振ってふりまくれ」色々な意見がでてきます。きっと皆様の会社でもお役に立てる事と思います。

**ニコニコ箱…34,000 円 累計 1,242,473 円**

- ・地区 RLI 委員 須賀原様よろしくお願いいいたします。  
【井上常宏】【田中 茂】【三村昌之】【柿谷好彦】  
【西本久美子】【鷲田文枝】【増谷浩司】【藤原義浩】
- ・19 日に勉強会があり、金沢に行ってきました。終了後久しぶりに兼六園と城址公園に行ってきました。桜は散り、かきつばたはまだまだでした。外人さんが多かったです。【奥村 忠】
- ・CLLS お疲れ様でした。【宮前貴司】
- ・早退させていただきます。【西野昌美】
- ・暖かくなりましたので、楽しい旅行に参加できます事とても幸せです。【有定静子】
- ・映画「真犯人」のロケが順調に進んでいます。今日は私の車 (S4) が出演しました 【桶谷三枝子】
- ・一気に暑くなりました。須賀原様、本日はよろしくお願いいいたします。【杉本正一】
- ・急に暑くなったり寒くなったりで、体調を崩しやすいです。体調管理に気を付けましょう。【河合洋典】
- ・イラン戦争、早く終わって欲しいです。願いは世界の久遠の平和！ 【山口和弘】
- ・ゲスト卓話学ばさせていただきます。ありがとうございます。【岡田与士正】
- ・先日妻の誕生日で大きなケーキを買ってお祝いしました。【桶谷洋介】

本日(5月12日)の例会  
第一例会行事  
「定款変更について」  
田中茂 規則・手続委員長

5月19日  
ゲスト卓話  
武生特殊鋼材(株)  
代表取締役社長 河野 通郎氏

5月26日  
職場訪問例会 10:50～  
越前打刃物振興施設  
越前千代鶴の館

6月2日  
第一例会行事  
炉辺会合報告