

福島ロータリー・クラブ WEEKLY REPORT



例会日 ■ 2011年4月28日(木) 会場 ■ ホテル[辰巳屋]8F 開会点鐘 ■ 12:30
http://www.fukushima-rotary.com/ E-mail:f-rotary@guitar.ocn.ne.jp

Vol.37

第37回会長挨拶

2010～11年度 会長
茂田 士郎



皆さん今日は。昨日、クラブ創立60周年記念事業の一つであった梨の古木の由来碑を福島市に献上し、その除幕式がありました。記念事業実行委員会会長の白岩康夫会員、記念事業部の渡邊又夫部長、丹治正博会員、安藤健次郎会員および記念誌部会の河田享会員と共に出席しました。

都市計画道路の栄町一置賜町線の開通が計画された時、東北電力に敷地の一部が換地され、敷地内にあったペアの梨の古木の一本が歩道にはみ出てしまったのです。この木は伐採される運命にあったのですが、市民などの希望をいれて歩道に残されることになりました。我がロータリー・クラブは、その歩道に保存された梨の古木の由来をしのした石碑を建てて福島市に寄付をしたのです。丹治会員の努力により福島市、東北電力との会合を重ねて、昨日、よ



うやく除幕の日を迎えたのです。福島市長も出席して市からの感謝状を頂きました。穏やかに晴れた朝で、梨の木も満開に白い花が咲き、久しぶりで春の空気を満喫致しました。

東日本大震災のあった年にこの記念碑が建てられたことは意義が深いと思いました。この災害で、津波と放射

例会プログラムのご案内

- 5月19日(木) 12:30～[辰巳屋]
佐藤信博ガバナー補佐クラブ訪問
*新会員入会式 SMBC日興証券福島支店長 高宮春樹様
- 5月26日(木) 12:30～[辰巳屋]
新会員スピーチ 福島日産自動車社長 金子與志人会員

プログラム

・ゲストスピーチ「独りで生きないで」

(勲星総合病院 星ヶ丘病院 院長 沼田吉彦様)

開会点鐘 茂田士郎 会長

ロータリー・ソング

「福島ロータリー・クラブの歌」

ソングリーダー 丹治正博 会員

お客様並びに来訪ロータリアン紹介

会長挨拶



SONG LEADER

茂田士郎 会長

幹事報告

森岡幸江 幹事

各委員会報告

●創立60周年記念事業部会 丹治正博 部会長

●ニコニコBOX小委員会 菅野 晋 委員長

本日のプログラム

・ゲストスピーチ「独りで生きないで」

星ヶ丘病院 院長 沼田吉彦 様

閉会点鐘

茂田士郎 会長

能汚染によって福島県の各地の美しい自然環境が破壊されてしまったのです。県民が永年をかけて慈しみ育ててきた海が、田畑が、町が破壊されてしまったのです。この大災害の年に、由緒ある梨の古木が保存されることになり、今後、さらに50年100年と樹齢を重ねることでしょう。同じ大震災の年に建てられた記念碑が、福島ロータリー・クラブの名と共にこの木のそばにあることは、福島ロータリー・クラブと福島市の持つ自然保護に対する姿勢と理念とを、末永く市民に思い出させてくれるのではないのでしょうか。



幹事報告

森岡 幸江 幹事

例会変更のお知らせ

●5月の連休2日(月)～6日(金)まで、市内クラブは休会となっておりますのでお知らせ致します。

その他のお知らせ

●ニコニコBOX隣に「東日本災害義援金BOX」を準備させて頂いておりますのでご協力の程宜しくお願い申し上げます。



◆本日のプログラム

ゲストスピーチ



(助星総合病院 星ヶ丘病院
院長

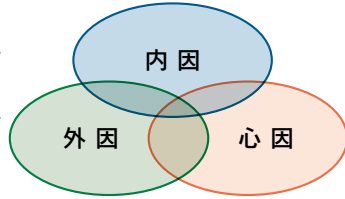
沼田 吉彦 様

「独りで生きないで」 —うつ病の診断とケア—

◆精神障害の原因

◆精神障害の古典的分類

- ◎ 精神病…Psychose・psychosis・プシコーゼ
- ◎ 神経症…Neurose・neurosis・ノイローゼ
- ◎ 性格障害…パッチー・サイコパス
- ◎ 知能障害…認知症、知的障害・精神遅滞
- ◎ 心身症…PSD



◆ICD-10による分類 (精神および行動の障害)

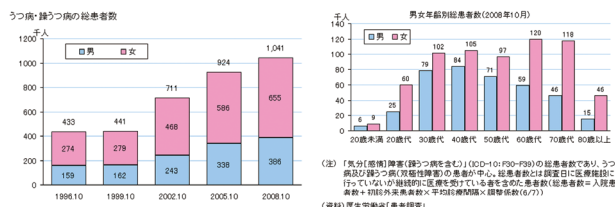
- F0…症状性を含む器質性精神障害
- F1…精神作用物質使用による精神および行動の障害
- F2…統合失調症、統合失調症型障害および妄想性障害
- F3…気分障害 (感情障害)
- F4…神経症性障害、ストレス関連障害および身体表現性障害
- F5…生理的障害および身体的要因に関連した行動症候群
- F6…成人の人格および行動の障害
- F7…精神遅滞 (知的障害) F8…心理的発達の障害
- F9…小児期および青年期に通常発症する行動および情緒の障害および特定不能の精神障害

◆ライフサイクルと「精神および行動の障害」

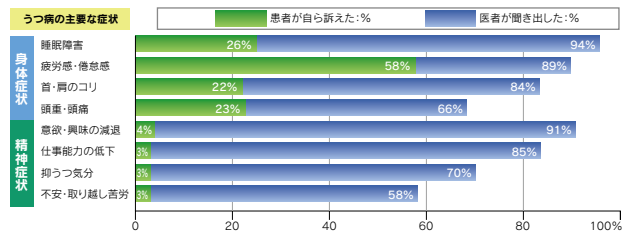
- ▶ 乳児期・幼児期/知的障害、神経症的障害、多動性障害、広汎性発達障害 (小児自症・アスペルガー症候群など)…
- ▶ 学童期/登校拒否、選択的緘黙症…
- ▶ 青年期/摂食障害、統合失調症、自我同一性障害、気分障害、神経症性障害 (不安障害・適応障害など)、ストレス関連障害、心身症…
- ▶ 壮年期・退行期・更年期/気分障害、薬物依存 (アルコールなど)、神経症性障害 (不安障害・適応障害など)、ストレス関連障害、心身症、初老期認知症…
- ▶ 老年期/脳血管性認知症、アルツハイマー型認知症、気分障害…

◆うつ病・躁うつ病の総患者数

「新型うつ病」が増えている！



◆うつ病・うつ状態にみられる症状



◆うつ病になりやすい性格

- 循環気質 (クレッチマー) … 社会的、親切、善良、静か、落ち着いた、気が弱い、陰うつ、依存的
- 執着気質 (下田) … 仕事熱心、几帳面、凝り性、徹底的、正直、熱中性、ごまかしができない
- メランコリー性格 (テレンバッハ) … 几帳面、勤勉、誠実、強い義務感
- ディスチミー性格 … 気分異変、自己への愛着、秩序への否定、他罰的、義務からの逃避、私的には活動的

◆うつ病をおこしやすい環境要因

転勤・単身赴任・出向/リストラ・定年・倒産/病氣・事故/配偶者の死・親しい人との別れ/昇進・栄転・新築・転居/結婚・出産/子供の結婚・独立

◆うつ病をおこしやすい身体疾患

内分泌疾患・脳器質疾患 (パーキンソン病、アルツハイマー病など)・膠原病・循環器疾患 (高血圧、心筋梗塞、不整脈など)・呼吸器疾患 (慢性閉塞性肺疾患、気管支喘息など)・その他の身体疾患 (糖尿病、がん、エイズなど)

◆うつ病にかかわる経費

- 個人レベル
 - 1) 心理的苦痛
 - 2) 能力低下による生活の質 (QOL) の低下
 - 3) 心疾患、事故、自殺による死亡率の上昇
 - 4) 身体疾患での入院期間の長期化
- 社会レベル

	直接医療費	間接医療費		
うつと認知症 られないで、別の 病気として 検査・治療さ れる費用	入院費 検査費 外来治療費 薬剤費	交通費 社会的支援 費用	患者の収入の 損失 (欠勤、休 業、失業など)	自殺による社 会的損失

- ◎ 「うつ」は他の疾患に比べて死亡率を低くできる
- ◎ 早期発見・早期治療

◆自殺者が13年連続で3万人超、背景に労働環境悪化

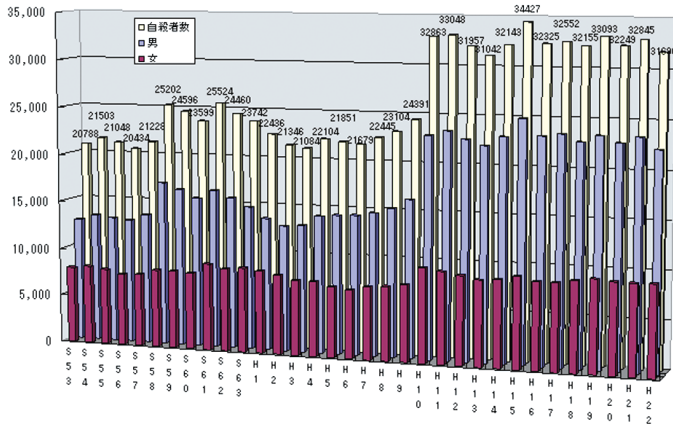
- ・ 昨年1年間の全国での自殺者は、前年を1155人 (3.5%) 下回る3万1690人。
- ・ 13年連続で3万人を超えた。「就職失敗」「職場の人間関係」「仕事の失敗」の死者数が、動機別の統計を取り始めた2007年以降で最悪となり、労働環境の厳しさがあらわになった。
- ・ 年齢別では、50歳代が5959人 (前年比8.2%減) と最多で、70歳代 (0.1%増) を除く各世代が前年を下回った。
- ・ 自殺者のうち動機 (1人につき三つまで) を特定できたのは



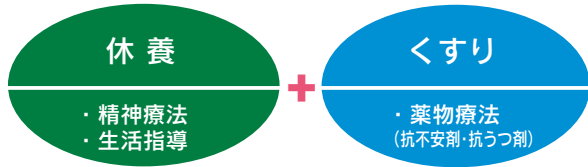
2万3572人。うつ病などの健康問題が1万5802人(0.4%減)で最多となった。(警察庁発表2011.3.3)

◆自殺者数の年度推移

H22年発表 警察庁統計資料より
※最新データを2010/5/14追加



◆うつ病の治療



◆うつ病を予防するには

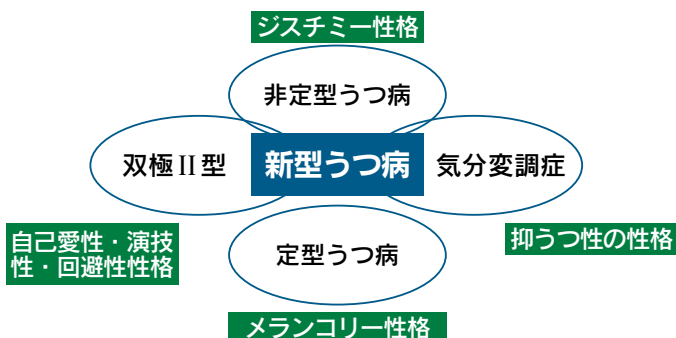
1. 自分の性格傾向をよく自覚する
2. ライフサイクルの変わり目に注意する
3. うつについての正しい知識を持つ
4. 大事なことから片付ける
5. 自分にかかる負担をなるべく少なくする
6. 趣味や運動などに時間をかける
7. 悪玉ストレスの解消につとめる
8. 食生活や睡眠にいつも気を配る

◆復職支援

- ・復職支援特別勤務制度：疾病による休職・休業からの完全復帰前に条件付き復帰(最大6週まで、3か月)
- ・傷病手当期間中にリハビリ勤務

◆気分障害(感情障害、mood disorder)

- ・うつ病/単一エピソード、反復性うつ病
- ・双極性障害/双極Ⅰ型…うつ+躁、
双極Ⅱ型…うつ+軽躁
- ・持続性気分障害/気分変調症…軽うつ2年以上
気分循環症…軽躁+軽うつ



新型うつ病とはどのようなものか？

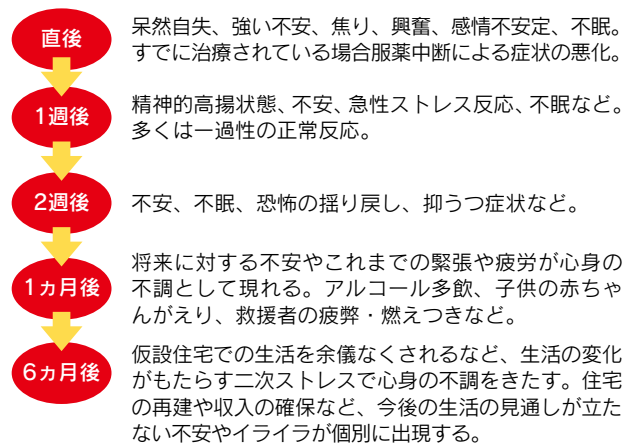
「新型うつ病」「非定型うつ病」のほか、以下も類似用語である…「スチュデントアパシー」「退却神経症(笠原)」「逃避型うつ病(広瀬)」「未熟型うつ病(阿部)」「現代型うつ病(松浪)」「ディスチミア親和型(樽味)」

学術上「新型うつ病」という専門用語はない。一方、「非定型うつ病」は、歴史的にはさまざまな定義が与えられてきた。最近の米国精神医学会診断基準(DSM-IV)では、「非定型うつ病」は大うつ病のうち、過食、過眠、鉛のような体の重さ、対人関係を拒絶されることへの過敏性などの特定の症状を有するうつ病と定義されている。

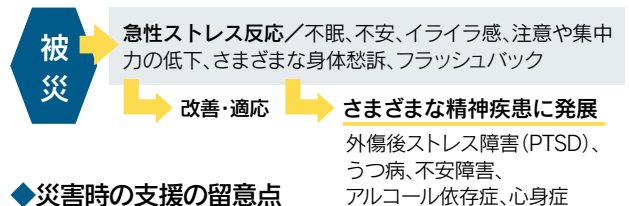
しかし、啓発書やマスメディアで使われる「非定型うつ病」は、教科書的なうつ病のプロトタイプに合致しないうつ病・抑うつ状態を広く指して用いられ、「新型うつ病」とほぼ同義に扱われることもある。世間で「新型うつ病」あるいは「非定型うつ病」とされるのは、一般に次のような特徴をもつ。

- ①若年者に多く、全体に軽症で、訴える症状は軽症のうつ病と判断が難しい
- ②仕事では抑うつになる、あるいは仕事を回避する傾向がある。とどろ余暇は楽しく過ごせる
- ③仕事や学業上の困難をきっかけに発症する
- ④病前性格として、「成熟度が低く、規範や秩序あるいは他者への配慮に乏しい」などが指摘されている。

◆災害後にみられるころの反応



◆災害後にみられるころの病気



◆災害時の支援の留意点

1. **よく耳をかたむける**
相手の気持ちを聞くことが大切。ただし、無理に聞き出すことや安易な励ましや助言は禁物。
2. **相手の立場に立ち共感をもって対応する**
助言より一緒に気持ちを共有することが大切。頭で解るのではなく気持ちで解ることを目指す。
3. **災害時のストレス反応について言葉をかける**
災害時の被災者にみられる情緒的な反応の多くは、「異常な状況に対する正常反応」であることを伝える。
4. **適切に受診を勧める**
異常な状況に対する「正常反応」であっても辛いことを我慢せず、適切な治療で楽になる場合もたくさんあることを知らせる。
5. **周囲も無理はしない**
周囲も疲れやすく無力感を感じたりしやすく、燃え尽きてしまうことがある。自分の限界以上に負担をかけない。

ニコニコBOX

菅野 晋 委員長



本日のニコニコBOX投入額 ¥27,000 累計¥1,702,000

【茂田 士郎 会長】

昨日、梨の古木の記念碑の除幕式に参加しました。丁度花が満開で、気持ちよく晴れた朝でした。

沼田先生の「うつ病」の話を期待しています。

【森岡 幸江 幹事】

沼田先生のお話拝聴いたします。

【丹治 正博 会員】

本日28日は、大地震から四十九日を迎えます。昨日27

日の朝刊紙上に、県内の宗教者が相はかり、メッセージを発信しました。皆様には本日、心を一つにして午後2時26分に犠牲者に対し黙祷を捧げて頂きたいと思います。

【古俣 猛 会員】

先日相馬原町方面に行ってまいりました 現地の惨状は想像以上に酷いものでした。自然の神様はいったい何にそれ程お怒りなのでしょう!?

後藤 忠久/佐藤 英典/八子 英器/三宅 喬/安藤健次郎/海野 卓哉/児玉 健夫/田沼紀美子/菅野 晋

創立60周年記念事業部会報告



創立60周年記念事業部会

丹治 正博 部会長

「ふくしま梨の古木由来碑建立事業」

本事業は、福島市が進める都市計画道路栄町置賜町線整備にあたり、道路上に残ることとなった梨の古木を後世に守り伝えるため、本会創立60周年にあたり、由来碑を建立する記念事業として計画されました。碑文の文案作成にあたっては福島市都市政策部、東北電力(株)の多大なご協力を頂きました。

当初、据付工事は3月中旬に完了し、3月26日の記念式典において福島市へ寄附(目録贈呈)、28日の道路開通式に合わせて除幕式が行われる予定でしたが、3月11日東日本大震災の発生により、道路の開通は延期され、これに伴い開通式、除幕式は中止となりました。

その後、福島市関係部局で種々協議の結果、4月27日の都市計画道路 栄町置賜町の開通式に合わせて除幕式を執り行うことが急遽決定されました。式典は福島市都市政策部が担当し、27日午前9時30分より現地にて開催されました。

当日は晴天のもと、瀬戸孝則福島市長、氏家都市政策部長以下福島市関係者、東北電力福島支店佐久間支店長、同福島営業所小山田所長、地元栄町親交会渡辺 豊会長、吾妻通り共栄会塚原洋一会長以下関係者、当クラブより茂田士郎会長、白岩康夫実行委員長、渡邊又夫会員、河田 亨会員、丹治正博記念事業部会長、安藤健次郎副部



会長の総勢22名が出席、折から白い花をたわわにつけた梨の古木の下で盛大に除幕式が行われ、建立を祝いました。その後、東北電力(株)福島営業所5階会議室に場所を移して、瀬戸福島市長より茂田会長に感謝状の贈呈が行われ、本事業は無事終結をみました。

以下は、石碑銘板に刻まれた由来です。

梨の木は残った ～梨の古木の由来～

この梨の木は、樹齢100年から150年と推定されます。この地は、かつて加賀屋金澤家の邸宅で、2本の梨の木は、氏神様として「伏見稲荷神社」を祀っていた鎮守の森に植えられた木で、その後、東北電力株式会社により手厚く守られ、現在も春に白い花を咲かせ、夏にはたわわに実をつけます。

この度の都市計画道路栄町置賜町線整備に伴い、道路に支障を生ずることから移植、伐採の選択に迫られました。福島市は長年親しまれてきた古木を生かしたまちづくりのため、円滑な交通は確保しつつ、梨の木を残す決断をしました。

福島ロータリー・クラブは、本年創立60周年を迎えるにあたり、梨生産日本一の福島市の梨の古木を大切に守り、後世に残すべく、広く市民にこの木の由来を知らしめるとともに、自然保護や歴史を大切にすることを観点から、この碑を建立するものです。

平成23年3月吉日

寄贈 国際ロータリー第2530地区 福島ロータリー・クラブ

私のひと言



岩山 知弘 会員

今回の大震災で両親を亡くしたり行方不明者になったりしている子供達が生きて(5月5日)132人に上っている。片親を亡くした子供達を合わせると、その数はさらに多いことだろう。

避難して避難所での生活を強いられる事は本当に大変なことだと思ふ。しかし成人であったり、家族で避難している方々ならば「前向きに考えて頑張りましょう!」とも言えるが、たった一人残された子供達に簡単に「頑張る」などと言えない。

あの日までは、家族での楽しい夏休みの計画や、進学への希望もあったはずなのに。前とは違うと言いつつも普段どおりに生活している自分に、一体何が出来るのかと自問自答する今日この頃です。

今週号の編集長 河合 義文 会員