

Rotary



ロータリー  
変化をもたらす

## ZAMA ROTARY CLUB WEEKLY REPORT

会長：細川康治 会長E：今井均 副会長：大矢成行 幹事：矢部雅文 例会日：毎週水曜日12：30-13：30  
副幹事：佐藤京子 SAA:樋田一徳 会報委員長：江成陽一 会 場：鈴鹿明神社参集殿

2018年04月04日 第2327回



会長の時間 19 2018年4月4日

皆様こんにちは。

昨日、クリスマス会に来ていただきました、坂戸エンタープライズの澤井様が総合演出をしました、「ビッグ」というミュージカルを観劇してまいりました。

臨場感、迫力、出演者の息遣いまで聞こえてくるような、素晴らしいミュージカルでした。生まれて初めて見たのですが、こういう感動をして皆様はファンになっていくのだな、と改めて思いました。やはり、何事も実際に見たり経験したり大切だと思いましたし、あと2か月半ですが、私も何かワクワクドキドキするような、例会運営をおこなっていこうと思います。ご協力お願いいたします。

ところで、そのミュージカルのパンフレットに同封してあったのですが、皆様「座間全国ミュージカルコンクール」ってご存知ですか？「ひまわりの町から未来のアーティスト」と銘うって行っている様で、今回第5回目だそうです。もし知人の方で、そういった活動している方がいらっしゃったら、ぜひ教えてあげてください。座間から素晴らしい舞台に立つアーティストが生まれ、そんな方と我々クラブと一緒に何かできたらいいなと思いました。

さて、相変わらずイオン渋滞が酷いですね。以前は一本入った道路は空いていたのですが、今日はその道も混んでいました。後数か月は続くと思いますが、近隣の方は頑張りましょうね。

今月は母子と健康月間という事で、私が前回の会長の時にもお願いしましたが、高原会員に本日の卓話お願いしました。急な要請にもかかわらず快く引き受けて下さいました。お題は、先日の夜間例会時に、更年期についてということになりました。大変楽しみにしておりますので、よろしくお願いいたします。

以上で会長の時間を終わります。本日も一日よろしくお願いいたします。



## 幹事報告//今後の予定

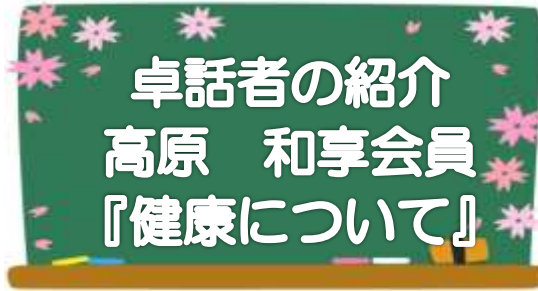
- ① 4/8 (日) 地区研修協議会 鈴鹿神社10:00発
- ② 地区から台湾東部地震義損金 要請 12,000円振込完了です
- ③ 04月11日(水) 地区研修協議会を終えて 今井エレクト  
04月18日(水) 通常例会 04月25日(水) 通常例会
- ④ 3月16日付で「本厚木ロータリークラブ」が  
国際ロータリーに加盟認証されましたことをご報告いたします。
- ⑤ 本年度理事会 4/11(水) 例会後 鈴鹿B1 13:30~

## 出席報告

会員数 15名 出席者12名 出席率 80.00% 修正出席率 85.71%

## スマイルBOX

- 細川会長 : 高原先生、本日は宜しくお願い致します。
- 矢部幹事 : 高原先生、今日は卓話宜しくお願い致します!
- 大矢副会長 : 古木さん、誕生日おめでとうございます。これからも御指導宜しくお願い致します。今井さんも誕生日おめでとうございます。これからは失敗しない様頑張ってください。
- 大矢副会長 : 高原さん卓話楽しみです。宜しくお願い致します。
- 大矢副会長 : 夜間例会を欠席したので、出たつもりで会費分をスマイルします。
- 古木会員 : 誕生日のお祝いをありがとう。ますます元気で日々を過ごしたいです。高原先生よろしく。
- 古木会員 : 免許証の更新で、認知機能の検査と高齢者の講習を受講して、やっと更新の手続きが終わりました。
- 高原会員 : 皆様、本日のスピーチを担当することになりましたが、相変わらず『一夜漬け』の状態です。話をしますのでご勘弁ください。
- 鈴木会員 : 皆出席8年有難うございます。入会してから15年、私はどれだけ休んでいたのでしょうか? 申し訳れございません。
- 今井会員 : 昨夜は町田の病院でC-PAK (シーパック) という機材をつけて寝ました。無呼吸を治す機械なのに、苦しくて目が覚めました。寝不足でーす。



～更年期について～

更年期

①更年期の症状

②更年期と脳機能

③更年期と体型

④更年期と骨粗鬆症

⑤更年期女性の排尿障害

⑥更年期女性の心理

⑦更年期女性のセクシュアリティ

⑧更年期障害の治療

更年期障害の臓器別症状

臓器	症状
外陰	萎縮、外陰掻痒症
膣	性交障害、血性帯下、膣炎
膀胱・尿道	膀胱尿道炎、頻尿、尿失禁
子宮・骨盤底	子宮膨満
皮膚・粘膜	萎縮、乾燥、掻痒症、易外傷性、弾性柔軟性の喪失、毛髪乾燥化および喪失、顔面の多毛症、口腔乾燥
声帯	発声の低音化
心血管系	粥状硬化、狭心症、冠状動脈疾患
骨	骨粗鬆症、骨折、腰背部痛
乳房	縮小、軟化、たれ乳
神経・内分泌系	ホットフラッシュ、精神神経疾患

(Ulan, W.H.1980より改定)

カウンセリングを行なった更年期外来事例（47例）にみられたおもな心理社会的要因（ストレス状況）

<p>子どもとの関係 (21)</p> <p>育児役割喪失 (12)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・子どもが家を出る</li> <li>・子どもの大学進学で生活が変わる</li> </ul> <p>母親としての自信の喪失 (9)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・子どもの反抗的態度</li> <li>・子どもの非行</li> <li>・子どもの不登校、病氣</li> <li>・子どもの受験</li> </ul>	<p>その他の関係 (11)</p> <p>人間関係の軋轢</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・嫁への気づかい</li> <li>・結との同居</li> <li>・親族への気兼ね</li> <li>・実母と同居を始める</li> <li>・産産絡繰で兄弟が不仲になる</li> <li>・近所の人とうまくいかない</li> <li>・医師の言葉に傷つく</li> </ul>
<p>夫婦関係 (18)</p> <p>不満の蓄積、自尊心の低下</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・夫との関係が希薄</li> <li>・夫の女性関係</li> <li>・別居</li> <li>・更年期症状への夫の加理解</li> <li>・夫の言語的暴力</li> <li>・夫の身体的暴力</li> <li>・性生活の頓挫</li> </ul>	<p>仕事 (10)</p> <p>過労、責任の重圧</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・職場の人とうまくつきあえない</li> <li>・同僚のいじめ</li> <li>・職場での女性への偏見</li> <li>・仕事が多忙</li> <li>・仕事のノルマ</li> <li>・管理職に昇進</li> <li>・老人施設への転勤</li> </ul>
<p>介護、死別 (18)</p> <p>過労、死への直面</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・姑（舅）の介護</li> <li>・実母 (父) の介護</li> <li>・実母の死</li> <li>・伯母の死</li> <li>・夫の病氣</li> </ul>	<p>経済的問題 (4)</p> <p>経済不安</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・詐欺にあう</li> <li>・夫の失業</li> <li>・会社の経営難</li> <li>・パート職で老後の経済的不安</li> </ul>

アンダーラインはとくに多くみられたもの。