

Weekly Report

小諸浅間ロータリークラブ



ロータリー:
変化をもたらす

2017~2018 年度

国際ロータリーのテーマ

- ◆例会日/週火曜日 12:30~13:30 ◆例会場/小諸市鶴巻 音羽
- ◆事務局/〒384-0025 長野県小諸市相生町 1-2-12 エイワンビル 2 階
- ◆会 長 / 小池平一郎 ◆副 会 長 / 橋詰 希望
- ◆幹 事 / 小林 秋生 ◆クラブ広報・情報委員長 / 依田 晋一

NO. 1406 平成30年3月27日



◆点鐘	小池平一郎 会長
◆SAA	黒澤 明男 委員長
◆ソング	我等の生業

【会長挨拶】 小池平一郎 会長

今日は創立 30 周年記念式典の打合せ会があります。会員の皆様のご協力により素晴らしい会にしたいと思いますのでよろしくお願い致します。

3 月 9 日、厚生労働省は、健康上の問題がなく日常生活が制限されることなく送れる期間を示す「健康寿命」について平成 28 年の統計結果を発表し、男性 72.14 歳、女性 74.79 歳であったとし、前回平成 25 年の調査より男性は 0.95 歳、女性は 0.58 歳延びて、ともに過去最長を更新したと報告しました。平均寿命の増加分を上まわる健康寿命の増加も、都道府県格差の縮小も共に達成できたと評価しています。

健康寿命は 3 年ごとに実施する国民生活基礎調査をもとに全国値と都道府県値を算出しています。これによれば、平成 22 年から 28 年の 6 年間で、平均寿命が、男性 1.43 歳、女性 0.84 歳延びたのに対し、健康寿命は男性 1.72 歳、女性は 1.17 歳で、平均寿命と健康寿命の差を縮めることができているとしています。つまり男性は 80.98 歳の寿命のうち健康寿命が 72.14 歳、女性は 87.14 歳の寿命のうち健康寿命が、74.79 歳ということです。男性は 9 年程、女性は 12 年程、何らかの形で介護が必要となるということになる様です。

都道府県別に見てみますと、男性は山梨、埼玉、愛知で女性は愛知、三重、山梨がトップ3で、平成 22・25・28 年の平均値では、山梨県・愛知県・静岡県が、上位を占める結果となり、この 3 県では、健康に対する啓発運動が活発なことが要因となっているのではないかと考えている様です。

統計に表れる食塩摂取量などは都道府県格差が縮小していますが、日々摂取している食物の種類や量などについては「さらに細かいデータが必要になろうし、気候や産業構造の差などのデータも加味されなければならないと思われる。

ちなみに長野県は男性 72.11 歳、女性は 74.72 歳で、平均寿命が上位の割にいまひとつの感があります。

現在、健康と介護が必要な状態の間にフレイル(衰弱・フレイルティ)という言葉に表される状態があることが注目されており、健康・プレフレイル・フレイル・要介護という坂道で表わされています。フレイルは生活を改善し、努力すれば健康に戻る状態と言われており、ここにさしかかるプレフレイルの段階で早期発見、早期生活改善で、健康寿命を延ばせると考えられています。

その生活改善の第一歩は、いかに食べられるか、といかに体を動かすかという事の様です。味わい・咀嚼・嚥下・口腔機能は生命維持の最も大切な入口です。

【幹事報告】 小林秋生 幹事

1. 佐久ロータリークラブより創立 40 周年記念式典案内
日時 5 月 26 日(土) 受付 2:30~ 式典 3:00
アトラクション 4:30 祝賀会 5:00
場所 佐久グランドホテル
登録料 1 万円
2. 国際ソロプチミスト小諸よりチャリティーゴルフ大会開催について
日時 5 月 23 日(水)
場 所 小諸高原ゴルフクラブ
参加費 3,500 円 プレー費 7,500 円
申込締切 4 月 28 日
3. 小諸市立小山敬三美術館友の会より 30 年度友の会総会について
日時 4 月 21 日(土)
場所 JA佐久浅間 ベルウィンこもろ 3F

4. 例会変更

軽井沢RC 4月9日(月) 定刻受付あり
 4月23日(月) 定刻受付あり

《本日の配布物》

週報 1405号、創立30周年記念式典資料

◆出席報告 中河 邦忠 委員長

会員数22名 出席義務者22名 免除者0名
本日 出席 16名
 事前MU 0名 72.73%
前々回(3/13) MU 0名 77.27%

◆ラッキー賞

NO. 2 橋詰 希望君

◆ニコBOX 黒澤 明男 委員長

橋詰 希望君	ラッキー賞、ありがとうございました。
青松 英和君	結婚祝で素敵な蘭の花をいただきました。ありがとうございます。
小池平一郎君	30周年記念式典、皆様よろしくお願ひ致します。

小林 秋生君	アルティスタ浅間、アルティスタグランデ北信越フットボールリーグ2チームが参戦しています。4月8日(日)佐久総合運動公園サッカー場で開幕ホーム戦が開催されます。応援お願ひ致します。
黒澤 明男君	

【本日のプログラム】 「創立30周年記念式典打合せ」

次週のプログラム:4月 3日 「創立30周年記念式典リハーサル」
次々週のプログラム:4月10日 「創立30周年記念式典リハーサル」