



愛知長久手ロータリークラブ

2012~2013

WEEKLY



例会日=毎週火曜日 PM12:30 例会場=トヨタ博物館「小ホール」

会長 安田茂樹 幹事 小谷恒夫 会報 吉田濱一

Email : a.nagakuterc@aurora.ocn.ne.jp

事務局

TEL:0561-64-5446

FAX:0561-64-5459



奉仕を通じて 平和を



本日 第 502 回 例会 2013 年 5 月 7 日 (火 曜 日) 第 495 号

親睦夜間例会

<本日のプログラム> Today's Program

点鐘

於 : 名古屋栄東急イン 19:00~

<ロータリーソング> 「君が代」「奉仕の理想」

前 回 第 501 例会 2013 年 4 月 23 日 (火 曜 日) 記 録

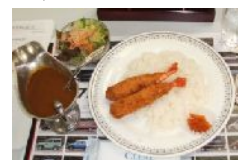
<ロータリーソング> 「日も風も星も」
「四つのテスト」

総合司会 加藤 猛 会場設営委員長

<出席報告>

会員総数 22名 (免除会員1名)

出席者 14名 出席率 66.67% 前々回補正出席率 95.24%



エビフライカレー
サラダ

<来訪者>

卓話講師 JA愛知健診センター 所長 山田 晴生様

<会長挨拶>

愛知長久手ロータリークラブ 安田茂樹会長



会長挨拶は前日位に用意するのですが、昨日の朝突然友人のお父さんが亡くなり、あちこち夜まで走り回り、残念ながら用意していたものが間に合わなくて、お医者さんの話をしようと思っていたところ、たまたま今日の卓話がお医者様だったので、今日の話はデータ不足で裏づけまで取っていませんが紹介させていただきます。昨年の暮れサラリーマン対象の「特定支出控除」が拡大され、今年からその税金還付が認められます。「特定支出控除」とは、固辞委が支出する通勤費、転居費、研修費などを年収から控除できる制度。簡単に言えば、サラリーマンの必要経費です。今回の改正

現行の通勤費や、転居費、資格取得費などのくわえ、新たに職場で着る背広やワイシャツ、靴などの「衣服費」職務に関係のある新聞や雑誌の「図書費」飲み代の「接待費」などが必要経費として認められます。上限年間65万円まで控除されます。そもそも必要経費が認められないサラリーマンには、みなし経費分としての給与所得控除があり、逆にこれがあるため「接待費などは認めない」というのが、国のこれまでの考え方でした。それが今回の税制改正で、名目上はサラリーマンの交際費などは必要経費として計上できるようになりました。ただし、勤務する会社に「勤務必要経費である」と証明しても売らうのが前提になります。現実には会社の為に自腹を切るケースが増えているから、これは助かる。また、カジュアルフライデーに私服で勤務した場合、それが社令であれば、特定支出に該当するかのせいもあるだろう。新聞だって、4紙も5紙も定期購読すれば、それだけで年間20万円を軽く超えるのだ。もちろん、領収書があれば、すべて特定支出控除の対象になるわけではない。「給与所得控除」があるのだから、それを超えた分だけ認められるのだ。例として年収300万円位の人には108万円位の控除額となります。自分の子供さん、社員が仕事に必要なものがあれば今までは自己負担だったものが控除対象として認められることになります。自民党政権になってどのように施行するのか確定の裏を取っていませんが、最近では社員にもなかなか昇給もできないので、このような税金控除で助けて上げられることも経営者としてのやり方では無いかと思います。

<委員会報告>

◆ニコボックス委員会

- ・JAあいち健診センター所長山田様 本日は良くお越しく下さいました。卓話を楽しみにしています。本日もよろしくお願いします。
- ・新緑の候となりました。本日もよろしくお願い致します。
- ・JAあいち健診センター所長山田様 ようこそお越しくださいました。
- ・JAあいち健診センター所長山田様 ようこそお出で下さいました。卓話を楽しみにしています。
- ・高齢化へ突入いたしました。山田所長様よろしくお願いします。本日もよろしくお願いします。
- ・山田晴生さん卓話楽しみですね、年金生活者にとっては。
- ・山田所長様ようこそお出でくださいました。“高齢化”と聞いてギョツとする私・・・楽しく年を取りたいものです。
- ・JAあいち健診センター所長山田様卓話ありがとうございます。本日もよろしくお願いします。
- ・山田所長様卓話よろしくお願いします。本日もよろしくお願いします。
- ・JAの山田様、今日のお話楽しみにしています。
- ・JAあいち健診センター所長山田様ようこそお出でいただきありがとうございます。本日もよろしくお願い致します。
- ・JAあいち健診センター所長山田様本日の卓話よろしくお願いします。本日もよろしくお願いします。
- ・卓話の当番としてJAあいち健診センター所長の山田先生にお話をお願いしました。よろしくお願いします。
- ・本日もよろしくお願いします。

“ くしゃみして お腹に響く ぎっくり腰 ”

安田 茂樹

赤塚 一三
伊藤 広治
大島 昭夫

加藤 猛

佐藤 文昭
中川 清子

丹羽 司一

林 正俊
日野 典子
松原 正敏

山田 文明

吉田 濱一

小谷 恒夫

(敬称略)

<幹事報告>

小谷 恒夫幹事

- 1) 4月26日(金)第2回国際奉仕委員長会議 16:00～ 名鉄グランドホテル
出席者:佐藤文昭地区国際奉仕委員長 日野典子クラブ国際奉仕委員長
小谷恒夫幹事 事務局
- 2) 次週4月30日(火)規定休日…休会
- 3) 5月7日(火)トヨタ博物館休館日のため夜間例会＝名古屋栄東急イン
18:30～ 第11回 役員・理事会 19:00～ 親睦夜間例会
- 4) 5月ロータリーレート＝98円

<バナー披露>

赤塚 一三さん 4月15日
京都中ロータリークラブにてバナー交換



<卓話者紹介> 吉田 濱一さん

本来は私の卓話当番でしたが、JAあいち健診センター所長 山田晴生様に卓話をお願い致しました。私どもの組織の中に共済事業・金融事業・購買事業・販売事業・などがありますが、もう一つ大事な事業は企業保健があります。県下の農協職員の健康診断を全ていただいております。長久手の平池に健診センターがありまして、健康管理に係わるデータをたくさんお持ちなので、今後のための参考になるお話かと思えますのでよろしくお願いします。

<卓話> 演題： 高齢化社会が意味するもの
講師： JAあいち健診センター所長 山田晴生様

平成22年簡易生命表			最低限必要な日常生活動作	
	男	女	WHOが定義する自立した生活ができる生存期間(健康寿命)	
65歳の生存数(10万人対)	86,929人	93,592人	「寝起き」	「着替え」
65歳まで生存する人の割合	86.90%	93.60%	「移動」	「食事」
75歳まで生存する人の割合	72.10%	86.50%	「入浴」	「トイレ」
90歳まで生存する人の割合	22.00%	46.10%	が少なくとでなければ、自立した生活を営むことができない	



介護が必要になる疾患

- ・ ロコモティブ症候群 約35%
- ・ 脳卒中など生活習慣病 約30%
- ・ 認知症 約14%

要介護者の約80%が左記3疾患が原因

ロコモティブ	ロコモの主な徴候・症状
1 片足立ちで靴下がはけない 2 家の中でつまづいたり滑ったりする 3 横断歩道を青信号で渡りきれない 4 階段を上がるのに手すりが必要である 5 15分くらい続いて歩けない 6 2kg程度の買い物をして持ち帰るのが困難 7 家のやや重い仕事が困難(布団の上げ下ろしなど)	ロコモでは椎間板や軟骨の変性、筋力や神経活動の低下、骨の骨粗鬆症化に関係する徴候や症状が、単独あるいは複合して見られる。したがってロコモの主な徴候や症状は ①痛み ②変形 ③関節の動きの制限 ④筋力低下 ⑤バランス能力の低下 これらのいずれも歩行の困難に結びつく

転倒しやすい人の条件

- 1) 体型、体格 BMI(体格指数)が大きいこと
ウエスト囲:ヒップ囲が大きいこと
- 2) 体力・運動能力(健脚度) 10m全力走行が遅いこと
最大1歩幅が小さいこと
40cm踏み台昇降ができないこと
- 3) 血液検査所見 HDLコレステロール値が低いこと
中性脂肪、総コレステロール値が高いこと
動脈硬化指数が高いこと

認知症の主な原因疾患

神経変性疾患	アルツハイマー病、ピック病、パーキンソン病、ハンチントン舞蹈病、進行性核上麻痺、びまん性レビー小体病、脊椎小脳変性症、皮質基底核変性症など
脳血管障害	脳梗塞(塞栓・血栓)、脳出血など
外傷性疾患	脳挫傷、脳内出血、慢性硬膜下血腫など
腫瘍性疾患	脳腫瘍(原発性・転移性)、癌性髄膜炎など
感染性疾患	髄膜炎、農園、脳膿瘍、進行麻痺、クロイツフェルト・ヤコブ病など
内分泌・代謝性・中毒性疾患	甲状腺機能低下症、下垂体機能低下症、ビタミンB12欠乏症、肝性脳症、電解質異常、脱水、ウェルニッケ脳症、ペラグラ脳症、アルコール脳症など
その他	正常圧水頭症、多発性硬化症など

高齢化社会を行く抜くには

『定年後は年金暮らし』から『元気なうちはできるだけ働く生き方』
 『病気になるまで気ままに暮らす生き方から』『病気にならないよう若いうちから予防する生き方』
 『医療や介護が必要になったら全て病院や老人ホームに任せる生き方』から『高齢者が住み慣れた地域で生活を続けられるよう共同体内の互助を強め、個人がそれに貢献する生き方』

長寿時代の科学と社会の構造 科学 2010年1月号
 東京大学高齢社会総合研究機構 秋山弘子教授

以上卓話資料より抜粋



5月14日(火)	5月21日(火)	5月28日(火)	6月4日(火)
クラブフォーラム	クラブフォーラム	クラブフォーラム 祝福	クラブ協議会
(トヨタ博物館)	(トヨタ博物館)	(トヨタ博物館)	(トヨタ博物館)