

KAWAGUCHI NORTH

Weekly Report

2015. 11. 18・25 Vol. 41 No. 14



12月2日(水) プログラム
第1931回 健仁会 益子病院 理事長 益子 博様

12月9日(水) プログラム
第1932回 盧 聖煥会員卓話

- 第1929回例会 SAA 森川昌紀会員
1. 開会の点鐘 切通会長
 2. ロータリーソング 山口 久仁幸会員
 3. 会長挨拶・お客様紹介 早船雅文様・アレックス君
 4. 幹事報告 今村幹事
 5. 委員会報告 財団委員会 藤原 忠雄委員長
 6. 卓話 地区補助金運営委員会 早船 雅文委員
 7. 謝辞 切通会長
 8. 閉会の点鐘 切通会長

RIのテーマ「世界へのプレゼントになろう」

Be a gift the world

地区活動方針「ロータリーは奉仕を通じて人づくり、自分作り」
地区運営方針 「ロータリーを学ぼう、そして楽しもう」
クラブ活動方針
「ロータリー活動を川口北ロータリークラブで楽しもう」

会長挨拶

認知症について

切通 勇次



【認知症予防10か条】

1. 塩分と動物性脂肪を控えたバランスのよい食事を
2. 適度に運動を行い足腰を丈夫に
3. 深酒とタバコはやめて規則正しい生活を
4. 生活習慣病（高血圧、肥満など）の予防
5. 転倒に気をつけよう 頭の打撲はぼけ招く
6. 興味と好奇心をもつように
7. 考えをまとめて表現する習慣を
8. こまやかな気配りをしたよい付き合いを
9. いつも若々しくおしゃれ心を忘れずに
10. くよくよしないで明るい気分で生活を

【認知症診断テスト】

1. 重要な約束を忘れる、何度も同じことを聞く
 2. 今まで出来ていたことに時間がかかり、集中力がなくなる
 3. 機械の操作ができない、使いこなせない
 4. 時間や場所の感覚がなくなってきた
 5. 視覚障害がでてくることもある
 6. 物の名前が出てこない、言葉を間違えて使う
 7. 物をどこに置いたか忘れてしまう
 8. 判断力、意思決定のスピードが極端に落ちてきた
 9. 仕事や社会からの引退、外出しなくなる、趣味の活動に参加しない
 10. 気分や人格の変化、些細なことに感情をあらわにする
- ◆1つでも思い当たる場合は、医師に相談することをお勧めいたします。

幹事報告

今村 勲

1. 11・12月例会スケジュール
11/18 地区補助金運営委員会 早船雅文委員卓話
11/25 親睦夜間例会
12/2 健仁会 益子病院 理事長 益子博様
12/9 盧 聖煥会員卓話
12/16 (株)埼玉新聞社 代表取締役社長 小川秀樹様
12/22 川口北・川口むさし野 RC 合同 クリスマス家族夜間例会
12/23 休会（祭日の為）
12/30 休会（12/22の振替）
2. ガバナー事務所より
*11・12月ロータリーレート \$1=120円
3. 委員会スケジュール
11/30 プログラム委員会炉辺会議 「にしき」18時



表彰 米山奨学会



第1回米山功労者
切通 勇次会長

委員会報告

財団委員会 藤原 忠雄委員長
今年度の地区目標額は、年次寄付\$200・ポリオプラス\$50、合わせて合計\$250となっております。皆様にご協力をいただき100%達成したいと思います。どうぞよろしくお願い申し上げます。
\$250 = 30,000円 (11・12月ロータリーレート120円)

11月は、財団月間