

三條北ロータリークラブ週報

No. 18



フランチェスコ・アレツォ RI 会長

第 2560 地区：室賀信宏ガバナー

三條北 RC：羽賀一真 会長

「よいことのために手を取りあおう」

～UNITE FOR GOOD～

「ロータリーで善の循環を」

「初心にかえって新しいことへの挑戦」



会長：羽賀一真 幹事：森 宏 SAA：齋藤孝之輔

●例会日：火曜日 12：30～13：30 ●例会場：三條ロイヤルホテル Tel 0256-34-8111

- ◆本日の行事：「疾病予防と治療月間」
- ◆本日の出席：46名中25名
- ◆先々回の出席率：46名中31名 67.39%
(前年同期 71.70%)

- ◆本日のオブザーバー：
米山記念奨学生
ペレス エレラ, アンドレア さん

- * 本日の配布書類等
 - ・ロータリーの友 12月号
 - ・月信 12月号(閲覧) ・週報 No.1818(HP)

- ◆先週のメイクアップ(敬称略)：

11/19 第4分区分子会 田口実仁佳、大橋桂子
大関未来

11/20 加茂RC 瀧岡 茂

11/18 40周年実行委員会 羽賀一真、外山裕一
松山浩仁、石黒隆夫、野崎喜嗣
白倉 猛11/29 ロータリー財団補助金管理セミナー
齋藤孝之輔

会長挨拶：羽賀一真 会長



みなさん、こんにちは！以前、お話しした僕の前半生を少し自己紹介の続きです。前回、ロータリーではなぜかマジメキャラの羽賀さんのイメージが定着してしまったとお話しました。元々結構ギャンブル好きという話をしたかと思いますが、麻雀にしても、パチンコにしても、競馬にしても、カジノにしても、宝くじにしても、誰かが勝てば必ず誰かが負ける、しかも寺銭が高すぎるため、数学的に言えば期待値が1を割り込んでいるマイナスサムゲームなのに気が付いて、ばかばかしくなりました。今でも麻雀は時々しますが、

ニュースで有名人が違法オンラインカジノで逮捕された、なんてのを聞くと、「ばかだなあ、違法ギャンブルなんかするくらいなら、ネットで資本主義の根本を支えている合法的ギャンブル投資すればいいのに」と常々思います。

20歳の頃に、株式投資を覚えました。最初は現物取引でそこそこ勝っていたような気がします。社会人になってある程度の収入を得るようになると、それこそギャンブル投資で一攫千金を夢見てしまいました。株式信用取引では買いはもちろん、空売り、日経先物取引やオプション取引、FXでレバレッジ200倍なんてのがまだある時代だったので、1週間で数100万円稼いだり、FXでは1万円が数日で80万円になったり、先物オプション取引やeワラント取引では1日で数10万円稼いだりしていましたが、そんなものに再現性

はなく、いつのまにかジリ貧で、気が付くと家1軒分を失うほど負け越していました。(ビットコインだけはまだやったことはありません。すごいですね、2009年に登場したビットコインが現在に至るまで、1ビットコイン＝最安値0.003円→最高値3,200万円なので、なんと106億倍の驚異的な数字です。)

そんなギャンブル投資で家1軒分ほど負け越してから、ゆっくりと生涯投資成績をプラスに導いてくれたのが、一見地味でつまらない「割安株投資」や「長期積立投資」でした。株式投資の長期投資は全員が勝ちもありうるプラスサムゲームです。さわかみ投信、iDeCo、NISAでの株式型投信を毎日ドルコスト平均法で買い付け、個別株式では、株主優待目的株を買うか、上場後数年経過してPBR1倍を割り込んでいる初動銘柄を買うなど、桐谷広人さんやウォーレンバフェットを見習った投資方法に切り替えたところ、ついに今のインフレの時代が到来し、着実に資産が増えていきました。そして田中貴金属での貴金属積立では、21年前の水害の時にゴールドをすべて売却してしまったのですが、そのあとのプラチナ積立が今では購入時の倍近くになっているため、あれだけ負けが込んでいた生涯投資成績が確実にプラスに転じました。この方法は、リーマンショック、コロナショック、トランプ関税ショックなどの暴落時が最大のチャンスですが、これもまた語り始めると長いので、またの機会に！

最後に、投資は自己責任で！





- ・室賀ガバナーより、「第 2560 地区ガバナーデジグネート決定のお知らせ」
2028-29 年度ガバナー 長谷川寿一（はせがわ としかず）氏（新発田城南 RC）
- ・三条東 RC より、「4 RC 会長幹事会のご案内」
日時：12 月 19 日（金）12：00～ 会場：（株）栗山庄之助商店
議題：4 RC 合同夜例会について

- ・三条市 PTA 連合会より、「第 43 回ふるさと絵画コンクールの御礼」
- ・三条市青少年育成市民会議より、「三条市青少年育成市民会議だより第 19 号」送付について

第 6 回 理事会議事録

開催日時	令和 7 年 12 月 2 日（火）11：30～12：30	
開催場所	三条ロイヤルホテル	
出席者	出席数 15 名（委任状 1 名）/ 15 名	
	羽賀一真、齋藤孝之輔、外山裕一、森 宏、石川一昭、武田恒夫、米山忠俊、渋谷義徳、長谷川千佳、松山浩仁、田口実仁佳、佐藤義英、花井知之、石黒隆夫、野崎喜嗣	
協議事項		協議結果
1. 新年会企画の件	日時：令和 8 年 1 月 27 日（火）18：30～ 会場：銭心亭おゝ乃 会費：7,000 円	承認
2. 退会届の件	斎藤良行会員 12 月 31 日付退会	承認
3. 指名委員会報告		継続
4. 次年度役員理事の件	クラブ戦略委員長 石黒隆夫会員を加える	継続
5. クラブ細則改正の件		承認
6. 40 周年記念事業についての経過報告		報告
7. 燕三条駅の老朽化したモニュメントの件		継続
8. その他	親睦旅行 日時：令和 8 年 3 月 17 日（火）～19 日（木） 行先：米山梅吉記念館と伊豆・熱海方面	報告



米山奨学生奨学金授与



- 奨学生 ペレス エレラ, アンドレアさん（メキシコ / 長岡技術科学大学）

皆さんこんにちは。奨学金ありがとうございます。今月は授業料を払わなければいけないので助かります。先月は学校で中間発表が終わり、今は暇時間があましたが、これから卒業論文を書かないといけなくて忙しくなります。冬休みがなくなるとは思いますが、頑張ります。

委員会報告：



石川勝行 クラブ会報・雑誌委員長

ロータリーの友 12 月号のご案内です。

1. P2～P3 RI 会長メッセージ

- ①「12 月は疾病予防と治療月間です。」
- ② ゴードン・マッキナリー元 RI 会長には「『ただ元気?』と聞くのではなく『本当のところはどう?』と問いかけることが大切だ」という気付きを与えてくれました。

2. P5～P11 特集 ロータリー談義（前編）「3 人寄らば、何とやら? 話に花を咲かせましょう。」2018 年国際協議会研修リーダー 3 人の談義です。

3. P12～P13 進化し続ける世界ポリオデー事業

4. P14～P19 参加して良かったポリオ根絶活動-第 1 回-

5. P20～P21 バギオ基金（フィリピンにおける日系および一般青少年のための育英資金）47 年の歩み

6. P22～P25 ロータリー日本財団の R6 事業報告

7. P26～P27 よねやまだより スリランカ出身 スンダラ氏
 8. P30～P31 独自のロータリーソングをエピソードや背景等を不定期でお届け。
 9. P35～P36 2025-26 年度地区大会略報
 10. P40 エバンストン便り今後の RI 国際大会開催地。台北→ドバイ→ミネアポリス→ 未定 →シカゴ
 P46 台北 RC 参加ツアー
 11. P44～P46
 12. P50 2025/9 現在 34 地区 2,185 クラブ 83,412 人
 最大 愛知 2760 地区 4,625 人 最小 秋田 2540 地区 1,135 人
 新潟県ロータリアンの記事 ～新潟出身野崎編集長が「たくさんの人の記事が欲しい」。
 P50 私の一冊 長岡 RC 高野裕氏「静かに退職する若者たち」、
 P56 柳壇新潟 RC 小林悟氏「ほろ酔いの味の決め手は飲む相手」
 13. P59～P62 青森モーニングロータリー坂井哲博「手術室で患者と向き合う麻酔科医の孤独と信念」
 14. P63～P67 第 2640 (御坊 RC) 特別公開講座中村安秀氏「日本生まれ、世界育ちの母子手帳」



田口実仁佳 親睦活動委員長

「クリスマス例会&会社訪問～イルミネーション見学」のご案内です。

開催日 12 月 16 日 (火)

① 17:30 三条ロイヤルホテルバス出発

② 17:40 (株)ハイン集合 会社・イルミネーション見学

③ 19:00 クリスマス例会 開会点鐘 (三条ロイヤルホテル)

※①～③の、どのタイミングからのご出席でも結構です。

会費 7,000 円

この機会にぜひハインさんのイルミネーションをご覧いただきたいと思います。例会の開催もいつもと異なった時間となっていますので、お間違えの無いようお願いいたします。

ロータリー財団 BOX

12 月 2 日現在累計 250,000 円

- 吉川 将人 君 皆様に励まされ、今季大幅増収増益ほぼ確定となりましたので、気持ち 2 割増で奉仕いたします。
- 石川 一昭 君 本日の卓話、森宏会員の卓話に感謝致します。
- 羽賀 一真 君 インフルエンザが全国的に例年よりも早く流行しているので気を付けましょう。
- 森 宏 君 本日、疾病予防と治療月間でお話しさせていただきます。
- 齋藤孝之輔 君 協力します。
- 松山 浩仁 君 インフルも流行っているみたいですね。森先生、本日はよろしくお願いします。
- 外山 裕一 君 BOX に協力。
- 長谷川千佳 君 協力します。
- 福岡 信行 君 本日もたくさん協力いただきありがとうございました。



米山奨学 BOX

12 月 2 日現在累計 223,200 円

- 羽賀 一真 君 森先生の卓話「疾病予防と治療月間」勉強させていただきます。
- 森 宏 君 アンドレアさんを歓迎して。
- 渋谷 義徳 君 米山奨学 BOX に協力します。
- 星野 義男 君 米山奨学会 BOX に協力します。
- 齋藤孝之輔 君 協力します。
- 野崎 喜嗣 君 森先生、本日の卓話ご苦労様です。アンドレアさん、本日もよろしくお願いします。
- 長谷川千佳 君 協力します。

スマイル BOX

12 月 2 日現在累計 555,000 円

- 佐藤 弘志 君 ボックスに協力。
- 渋谷 義徳 君 11 月 19 日、新潟県三条市倫理法人会設立 35 周年記念式典と祝賀会を行いました。三条新聞 11 月 24 日の紙面に掲載されました。私は 9 月より会長を拝命しています。倫理法人会に関心を持たれた人は気軽にお声がけください。大歓迎します



石川 一昭 君 28日にWB Cの日本対韓国戦のチケットが当たりました（ドーム）。
 抽選でしたので不安でしたが運のある人は強いと自分ながら感心しました!!
 羽賀 一真 君 今シーズンもインフルエンザ予防接種を受けませんでした。来春の1番下の娘の
 高校受験に差し支えないか心配になってきました。
 森 宏 君 先週、姫路・倉敷・岡山と旅行してきました。
 齋藤孝之輔 君 森先生、本日の卓話よろしくお願い致します。
 米山 忠俊 君 森宏幹事、本日は卓話ご苦労様です。
 石黒 隆夫 君 森宏幹事、本日の卓話ありがとうございます。
 外山 裕一 君 BOXに協力。
 金子太一郎 君 本日、卓話 森先生、よろしくお願い致します。
 石川 勝行 君 本日の森先生、卓話よろしくお願い申し上げます。
 花井 知之 君 委員長に協力します。
 落合 益夫 君 BOXに協力。
 佐藤 義英 君 BOXに協力!!
 長谷川千佳 君 武田さんが先日、別の会で自衛隊の郡山さんに会ったと言われたので、今日ショート
 メールを入れたら、12/1付けで、市ヶ谷の陸上幕僚幹部防衛部にご栄転されましたの
 で、皆様にお礼を言われていました。後任は松下友治さんが30連隊隊長となります。
 YouTubeでも見れますのでご興味ある方はどうぞ。

本日の行事：「疾病予防と治療月間」

森 宏 幹事



まず、用意してきたお話しをする前に、国際ロータリー日本事務局から地区事務局に届いた『**疾病予防と治療月間** リソース』が、昨日会長幹事あてにクラブ事務局から転送されて来ましたので、それを紹介します。

内容は別添のPDFファイルをご覧ください。国際ロータリーが取り組む疾病予防というとポリオしか思い浮かばないかもしれませんが、その他様々な疾病予防に取り組んでいることが分かります。ポリオ根絶に関する記事としては、先日地区大会で特別講演をされた尾身茂氏のお話しが、『「希望」が「歴史」に変わるまで』に掲載されていますし、勿論ワクチンに関する取り組みのお話しも載っています。その他この後お話しする認知症予防にも関連する「孤独」や「メンタルヘルス」に関する話題、ザンビアでのマラリアとの闘い、等々動画も含め紹介されていますので、是非ご覧になって下さい。

Rotary 疾病予防と治療月間 リソースのご案内

(リンクが設定されていますのでパソコンからは、Ctrl キーを押しながらクリック
 スマホからは、タップするだけで、リンク先を見ることができます。)

- [疾病との闘い | Rotary International](#)
- [Service Project Center](#)
- [ロータリー行動グループ | My ROTARY](#)
- [パートナー | My ROTARY](#)
- [ポリオ根絶を解説 | Rotary International](#)
- [「希望」が「歴史」に変わるまで | ロータリーボイス](#)
- [子宮頸がんを闘うアーティスト | Rotary International](#)
- [アフリカの致命的な病気と闘うプログラムが開始 | Rotary International](#)
- [子どもへの奉仕を重視する新クラブ、歯科医療の届かない障害児の歯科検診・治療を実施 | ロータリーボイス](#)
- [ポリオを発症した子どもの85%が住むところ | ロータリーボイス](#)
- [可能性ではなく時間の問題：ポリオ根絶に向けた進展が続く | Rotary International](#)
- [ロータリアンが故郷エチオピアの予防接種を支援 | Rotary International](#)
- [命を救う臓器移植：ドナーとなること | Rotary International](#)
- [世界各地で「孤独」と闘う | Rotary International](#)
- [南太平洋の島々の子どもたちをワクチンで守る | Rotary International](#)
- [クラブと地区リソースネットワークの協力を通じた医療改革プロジェクト | ロータリーボイス](#)
- [新しいアプローチでメンタルヘルスケアへのアクセスを広げる | Rotary International](#)

さて本日は認知症に関して、以下のテーマでお話したいと思います。

1. 認知症は予防可能か？
2. ロータリアンは認知症になりにくい？
3. 認知症の新しい治療薬について

1. 認知症は予防可能か？

講演会である方が「90/90の法則」というのを述べられていて、“90才の人には、90%で大なり小なり認知症症状を認める”というのです。これには臨床に携わる身として全く同感で、私は全員と言っても良いくらいだと思っています。脳には大脳に140億、小脳等に600億以上 合計1000億以上の神経細胞があり、1日に10万から20万死んでいくと言われていています。ということは、今この瞬間にも1分間に100前後死んで行ってしまうのです。1年で5千万、10年で5億、50年で25億、そして100年で50億前後になります。すなわち、私たちは年をとると運動能力が落ちるように、認知機能も落ちるのは当然だと思います。ある統計では、90才で男性の50%、女性の83%に認知機能低下があると報告しています。

認知症予防の12のポイントが提唱されています。認知症は脳の糖尿病だ、と書いている本があったのですが、インスリン分解酵素は、インスリンと、認知症の原因となる**アミロイドβ**の両方を分解する働きをするが、糖尿病で血糖値が高くなると、インスリンの分泌が増え、インスリン分解酵素がインスリンの分解に手一杯になり、アミロイドβの分解まで手が回らなくなってしまうことがあると考えられているとのこと。私の経験でも、確かに糖尿病のコントロールが悪い人は、早く認知機能低下が進み、脳梗塞を発症すると入院後症状が悪化する人が多く、より一層認知機能が低下してしまいます。**糖尿病のコントロールは認知症予防に重要**と考えられています。

2. ロータリアンは認知症になりにくい？

上記の12のポイントが、ロータリアンにどれだけ当てはまるか、スライドに列挙しました。高血圧を放置せず、過度な飲酒は避け、肥満に気をつけ、たばこは吸わず、有酸素運動を行い、糖尿病をしっかりコントロールすれば、社交的・活動的で、ゴルフ等有酸素運動を行う人も多い**ロータリアンは、認知症になりにくいと言えそう**です。

1. 認知症は予防可能か？

90/90の法則：

90才の人には、90%で大なり小なり認知症症状を認めるという説あり

人生100年時代と言うが、長く生きれば生きるほど、いつか認知症になる可能性がある

脳の神経細胞数

■ 大脳:140億、小脳等：600億以上 合計1000億以上

1日に10万から20万の神経細胞が死滅

1時間：約4200～8400

1分間：約70～140

1ヶ月：300万から600万

1年：3600万から7200万

10年：3億6千万から7億2000

50年：18億から36億

100年：36億から72億

年齢別の認知機能低下（認知症）の頻度

65～69歳：約3.8%

70～74歳：約4.9%

75～79歳：約14.4%

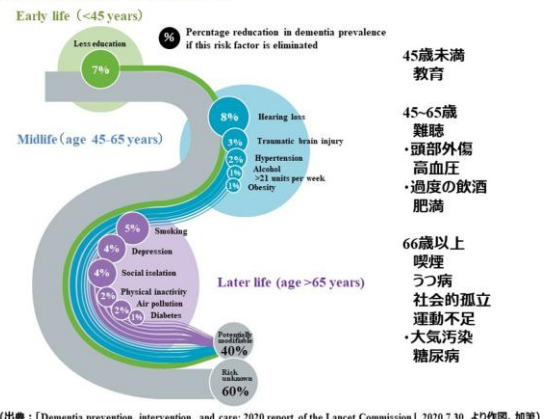
80～84歳：約24.0%

85～89歳：約43.9%

90歳以上：約50.6%（男性）

約83.7%（女性）

認知症予防の12のポイント



糖尿病は認知症の大きな危険因子

インスリン分解酵素は、インスリンと、認知症原因物質**アミロイドβ**の両方を分解する働きをする。

糖尿病で血糖値が高くなると、**インスリンの分泌が増え**、インスリン分解酵素がインスリンの分解に手一杯になり、**アミロイドβの分解まで手が回らなくなってしまうことがある**。その結果、**アミロイドβが脳内に蓄積しやすくなり、アルツハイマー型認知症**のリスクが高まると考えられている。

2. ロータリアンは認知症になりにくい？

- | | | | |
|---------|---------|---------|--------|
| ■ 低学歴 | ： 殆どなし | ■ 喫煙 | ： 一部該当 |
| ■ 難聴 | ： 高齢で該当 | ■ うつ病 | ： 殆どなし |
| ■ 頭部外傷 | ： 殆どなし | ■ 社会的孤立 | ： 殆どなし |
| ■ 高血圧 | ： 一部該当 | ■ 運動不足 | ： 一部該当 |
| ■ 過度の飲酒 | ： 一部該当 | ■ 大気汚染 | ： 殆どなし |
| ■ 肥満 | ： 一部該当 | ■ 糖尿病 | ： 一部該当 |

社交的・活動的で、ゴルフ等有酸素運動を行う人も多く、ロータリアンは認知症になりにくいと言えそう。

3. 認知症の新しい治療薬について

認知症の原因物質であるアミロイドβに結合する抗体製剤が2種類開発され、既に当院でも投与開始しています。対象は**軽度認知障害（MCI）か軽度の認知症**で、残念ながら進行してしまった認知症は対象になりません。

認知症にならなくなるのではなく、あくまでも進行を遅らせる効果が期待されています。メーカー提供の参考資料の一部を添付しますが、各ホームページで閲覧可能です

(<https://medical.eisai.jp/leqembi/>)

(<https://jp.lilly.com/kisunla-patient>)。

アミロイドβの脳内蓄積を PET 検査か脳脊髄液検査で証明し、頭部 MRI で禁忌事項がないことを確認後、2週間に1回、あるいは月1回、1年半点滴します。高価な薬品ですが、保険適応なので、高額療養費制度を利用可能です。自己注射可能な皮下注射タイプをエーザイが申請したという最新ニュースがリリースされていたので、今後は病院に来なくても、自宅で打てるようになる日が来るようです。三条市では川瀬神経内科クリニックが窓口になり、治療適応と判断されると、当院等に治療依頼が回って来ます。不安のある方は是非受診して下さい。

3. 認知症の新しい治療薬について

遺伝子組み換え 抗アミロイドβプラーク抗体薬

レカネマブ（レケンビ®） エーザイ

ドナネマブ（ケサンラ®） 日本イーライリリー



レケンビはどんな薬？

レケンビは、アルツハイマー病による認知機能低下の進行を遅らせることが期待される薬です。アルツハイマー病による「軽度認知障害（MCI）」と「軽度の認知症」に対して用いられます。



●アルツハイマー病におけるアミロイドβ蛋白質の脳への蓄積

アルツハイマー病では、脳におけるアミロイドβと呼ばれる蛋白質の異常な蓄積が病気を引き起こすと考えられています。



●薬物療法を行ったときの認知機能の変化

レケンビは、アミロイドβが異常な蓄積を起こす過程でできるアミロイドβプロトフィブリルに結合して脳から取り除き、脳へのアミロイドβ蓄積を減少させます。その結果アルツハイマー病の進行を遅らせることが期待されます。



治療のスケジュール

レケンビは、点滴で投与する薬です。**2週間に一度、1回およそ1時間**かけて点滴をします。投与期間中に、数回**頭部MRI検査**を受けていただく必要があります。

※投与開始後18ヵ月を目安に、医師が症状等に基づき薬の効果や病気の進み具合などを確認し、レケンビでの治療の継続または中止を判断します。

●投与の方法と間隔



MCI、認知症の治療について

治療は、認知機能の改善と日常生活の質の向上を目指して、**薬物治療と非薬物治療を組み合わせ**て行います。

薬物治療

病態の進行を遅らせるための薬

- アルツハイマー病によるMCIと軽度認知症の方に使用する薬で、原因と考えられているアミロイドβを除去します
- 病気の早い段階から治療を行うことで、病気の進行を遅らせ、認知機能の低下をゆるやかにすると考えられています

症状を緩和するための薬

- 認知症が発症してから使用する薬です
- アルツハイマー型認知症の症状の進行を抑える目的で使用します
- 生活の困難さを軽減し、ご家族や介護する方の負担を軽減することにもつながります

非薬物治療

今できること、興味を持っていることを活かして、症状の軽減を目指します。ご家族や友人とのコミュニケーションや、ゲームなども、頭と心を活性化させる大切な刺激になります。

回想

認知刺激

レクリエーション

音楽

運動

アルツハイマー治療薬「レカネマブ」の皮下注射タイプ、厚生労働省に製造販売承認を申請...エーザイ

■製薬大手エーザイは、アルツハイマー病の治療薬「レカネマブ」の皮下注射タイプについて、厚生労働省に**製造販売**の承認を申請したと発表した。承認されれば自宅での注射が可能になり、患者らの負担の軽減につながると期待される。
(2025年11月30日、読売新聞)

ケサンラの投与とMRI検査のスケジュール

投与の方法と間隔

ケサンラは、**4週間に1回**、少なくとも30分かけて点滴により投与します。原則として投与開始後、**最長18ヵ月**でケサンラによる治療を完了します※。

※治療の状況および副作用の発現状況により、18ヵ月より早く医師が治療の中止・完了を判断する場合もあります。

MRI検査のスケジュール

MRI検査は、投与開始前(1年以内)、2回目の投与前、1400mg/回への増量前(通常4回目の投与前)、7回目の投与前など、それぞれの投与前に行います。医師の判断により3回目の投与前に行うこともあり、ARIAを疑う症状(3ページ参照)があらわれた場合には、これらのタイミング以外にもMRI検査を行います。

医師の判断により投与終了

