



第2580地区 東京豊島東ロータリークラブ

WEEKLY REPORT

創立/1986年2月19日 (会長)廣内 世英 (副会長)渡邊 裕之 (幹事)有我 信行
例会場/〒171-8505 東京都豊島区西池袋1-6-1 ホテルメトロポリタン TEL 03-3980-1111
事務所/〒171-0021 東京都豊島区西池袋2-29-14-101 TEL 03-3985-7577 FAX 03-3590-6644
HP <http://www.toshimah-rc.jp> E-mail info@toshimah-rc.jp

第 1297 回例会

2013 年 7 月 25 日

本日のプログラム

池袋RC主催合同例会 12:30~13:30
卓話 2013年後半の日本経済の動向
立教大学経済学部長 郭 洋春氏
紹介者 青木弘光社会奉仕委員長
(池袋RC)

🎵 今月のソングリーダー 月井 雅夫会員 🎵

先週の例会報告 2013 年 7 月 17 日

会長報告

地区指名委員会より2013年規定審議会において新設されました2016-17年度ガバナーノミニデジグネート候補者推薦のお願いがきております。候補者推薦は9月10日までに地区指名委員会へ書類提出となります。

幹事報告

- 地区大会に関する事前連絡
本会議: 2014年2月19日 13:00 ~
京王プラザHにて
- クラブ社会奉仕委員長会議報告
- ①地域での社会奉仕活動の活性化が会員増強につながる。
- ②RI会長コメント: 対外的な行動に移す時。社会奉仕とは学びの場である。
- ③ロータリー希望の風奨学金の重要性和寄付要請
- ④カウンセラー講評: RI方針として、個々のクラブがネットワークを図り、「職業奉仕」から「人道奉仕」へハンドルを切り始めている。人々のために「実践してこそロータリー」。

3. 高松南ロータリークラブから例会参加へのご案内

出席報告

会 員	出席参加 会員数	出席数	欠席数	出席率	7月3日分 修正出席率
33 名	29 名	25 名	4 名	86.21%	92.86%



群馬富岡中央 R.C の野村圀典氏

次回のプログラム

夜間例会 17:30~18:30
会場(池袋勤労福祉会館)
卓話 「私とロータリー」
廣内会長 有我幹事 平山会員
ホームミーティング 18:30~(各班会場にて)
テーマ
「ロータリーを实践し、みんなに豊かな人生を」と
「会員減少」について

■ゲスト

卓話者 医療法人社団 みえこ女性クリニック
理事長 佐藤 美枝子様
櫛田会員 ゲスト 池田 祐二様
〃 森川 恵美子様
〃 夫人 櫛田 由紀子様

■ビジター

群馬富岡中央RC 野村 圀典様
東京池袋RC 脇 龍太郎様
東京池袋RC 加藤 勇夫様



ニコニコBOX

野村圀典様/講師の友人です。
森川恵美子様/本日の講師の友人です。ありがとうございます。
池田祐二様/講師の友人です。
櫛田会員/本日は佐藤美枝子先生の卓話をいただき、大変ありがたく存じます。
前川会員/昨日、一寸嬉しい事がありまして…。
廣内会員/今年度始めて部外者の卓話、また沢山ゲストもいらっしゃいました。ようこそ、有難うございました。楽しみにしております。
稲川会員/今朝、会社の前の路上で、偶然元会員の吉沢さんにお会いしました。ロータリアン復帰をお願いいたしましたら、マンザラでもなさそうでした。

性差による女性の特徴 (女性の接し方ポイント)

医療法人社団 みえこ女性クリニック理事長 医学博士

佐藤美枝子氏



私たち個人を考えてみますと性差による違いを第一に挙げられますが、そこにはホルモンという物質が関係しています。

もちろんそれ以外にも、個性や環境による違いもあります。

ここではホルモンに焦点をあて性差を考え、ホルモン関連疾患の話をしていきます。

性差を理解することにより、女性とのかかわり方がより一層スムーズになり、かつ女性の特性を活かし、すぐれた人材を社会活動や営業に役立てることができると思います。

女性の特性は他稿に譲るとして、女性の一生はホルモン（女性）と共に変動すると言って過言ではありません。

たとえば思春期・性成熟期・更年期そして老年期といった人生のステージはホルモンの増加減少で流れていきます。

また一ヶ月の中では月経の周期によってホルモンは大きく変動し、月経前症候群（PMS）や月経痛などが起こってきます。

1) PMS 月経前7～10日に怒りっぽい・イライラする・集中力がないなど精神症状や、むくみ、腰痛、頭痛などの肉体的症状がみられます。軽症を含むと生殖女性92%に症状があり、重症は3～5%、中には自殺をするケースもあります。

集中力がない・ミスが続く・気分がふさぎ直ぐに涙を流す・体調不良で会社を休む・周りからは理解できない変化…もしかしたらPMSかもしれません。

これらの症状は月経と共に速やかに軽減し、また翌月繰り返して起こってきます。

もちろんこれらの症状をコントロールする方法はあります。漢方薬や低用量ピル、SSRIなどの薬を服用します。

2) 更年期障害 更年期はすべての人が通過する期間ですが更年期障害はその一部の人に起こってきます。

女性ホルモンの急激な低下に伴って、自律神経の失調が起こります。動悸・血圧の変動・めまい・息切れ・のどのつかえ・腹痛・ホットフラッシュ・多汗・知覚過敏・性交痛・関節痛など起こします。また個々の性格でも異なり、更年期障害になりやすい傾向の人が存在し、まじめで前向き・他人に配慮する・日課のノルマを果たさないと気が済まない等の性格をもつ人がこの傾向にあります。このような性格とホルモンの減少、社会的環境が相まって、更年期障害を悪化させ極端な症状に進むと診療内科の範ちゅうに入ることがあります。

つまり仕事をきちんと滞りなくこなしていた女性が、ある時期から集中力がなくなり、いらいらと部下にあたったり怒りっぽくなったりすることがあったら…。

年齢を考えてみて下さい。

そこで治療としてホルモン補充療法（HRT：Hormon replacement therapy）が登場します。これで速やかに治るタイプと婦人科ではどうしても治らない診療内科の範ちゅうに入るタイプとその両方の治療が必要なタイプがあります。HRTに加えて抗うつ剤や精神安定剤を服用するケースもあるという事です。

以上のように、女性の体調にはこのような小さな周期(月)と人生の大きな周期(一生)があり、ホルモンが密接に関係しているのです。

夫や周囲の人々が女性に起こる変調と、それをコントロールする手段があるという事を理解することが、家庭円満ひいては女性の社会での活躍の幅を一層広げることにもつながると思います。

8月の例会スケジュール

8月14日
お盆規定休会

8月21日[1300]
拡大移動夜間例会(納涼家族会) 於：和敬塾
集合 旧細川侯爵邸見学会 17:00
例会受付 17:50
例会点鐘 18:00

8月28日[1301]
例 会 12:30～13:30
卓 話 児童養護施設の現況と課題
社会福祉法人 錦華学院
常務理事院長 土田秀行氏
紹介者 有我信行会員