

2020 - 21 年度 国際ロータリーのテーマ  
『ロータリーは機会の扉を開く』  
RI 会長 ホルガー・クナーク

川崎北ロータリークラブ会長の方針  
『ONE TEAM』  
会長 松山 直樹



# 川崎北ロータリークラブ会報



会長 松山直樹 幹事 谷口一成 会報委員長 大塚 正一  
事務所：〒211-0063 川崎市中原区小杉町 3-70-4 ホーユウパレス武蔵小杉 104 TEL 044-722-8037 メール：knrc@nifty.com  
URL：http://kawasaki-north-rc.blue.coocan.jp/ 例会：毎週水曜日 12：30 二子玉川エクセルホテル東急

## 第 2918 例会 令和 2 年 12 月 16 日 (水) (本年度第 16 回)

- 点 鐘** 松山 直樹 会長
- 司 会** 齊木 貴 副会場監督
- 出席報告**

会員数 49 名 出席 49 名 欠席 0 名  
(対象外 0 名) 出席率 100%

**会長報告 松山 直樹 会長**  
中原消防署より、令和 3 年中原地区消防出初式は、参加者を表彰関係者のみに限定し規模を大幅に縮小して開催、また中原地区消防関係団体より、賀詞交歓会中止とのご連絡が届いています。

### 幹事報告 谷口 一成 幹事

- 1.地区からの来信 (再度ご案内)  
オンライン RLI (ロータリーリーダーシップ研究会) パート I 開催のご案内  
日時：1 月 24 日 (日) 9：00～16：40  
オンラインでの少人数でのディスカッション形式
- 2.川崎高津 RC より、IM (Intercity Meeting) 開催のご案内  
日時：2 月 12 日 (金) 13：30～  
会場：高津市民館 (ノクティ 2 ビル 12 階)  
基調講演：京都大学薬学部准教授 伊藤 三千穂 様  
「上手に健康自己管理 - ウィズ・コロナの時代を賢く過ごす -」
- 3.他クラブ例会臨時変更
  - 川崎西 RC  
1 月 15 日 (金) 夜間例会を昼例会に変更 点鐘 12：30
  - 横浜南 RC  
1 月 30 日 (土) 休会
  - 横浜あざみ RC  
1 月 20 日 (水) 移動例会アートフォーラムあざみ野 2F 点鐘 13：15  
1 月 27 日 (水) 休会
  - 川崎鷺沼 RC  
1 月 20 日 (水) 夜間例会を昼例会に変更 点鐘 12：30  
1 月 27 日 (水) 休会
  - 川崎マリーン RC  
1 月 14 日 (木) 休会

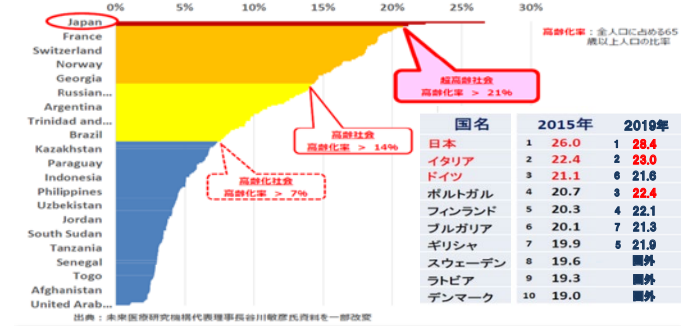
## 卓話



### 柳澤 信夫 会員 「新型コロナウイルス時代をどう生きるか」

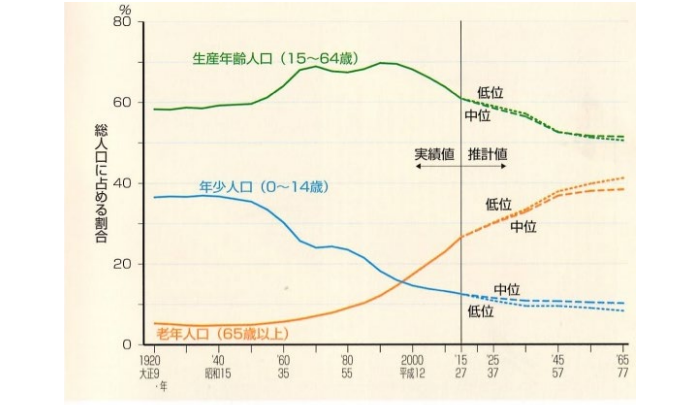
この一年または現在においても我々はコロナ禍に悩まされておりますが、その背景にあるわが国の保健、医療、財政と国際的地位、そして新型コロナウイルス感染症 (COVID-19) について医師としての立場から、お話させていただきます。

### 【高齢化の現状】



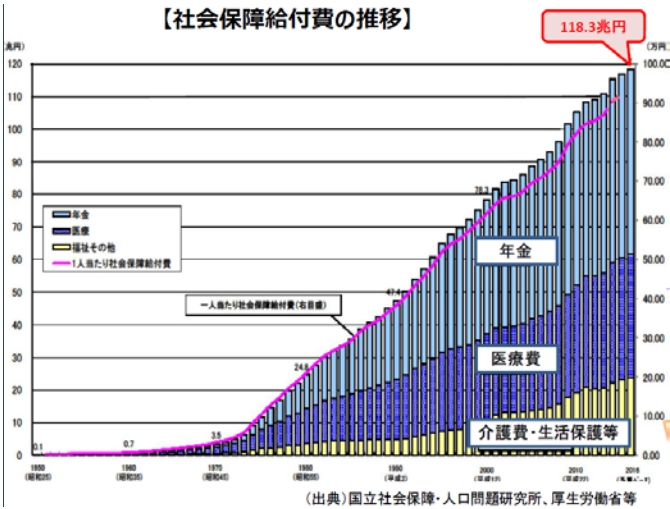
(未来医療研究機構 代表理事 長谷川 敏彦 氏 資料を一部改変)  
わが国の平均寿命は世界一です。2015 年 (201 カ国) の高齢化率 (65 歳以上の全人口が占める率) は 21% に達し、超高齢化社会となりました。2019 年にはさらに高齢化率が上がり、人口の 1/3 が高齢者との意を示す 28.4% となり、完全な少子超高齢化社会と言えます。

### 【年齢別人口の推移】



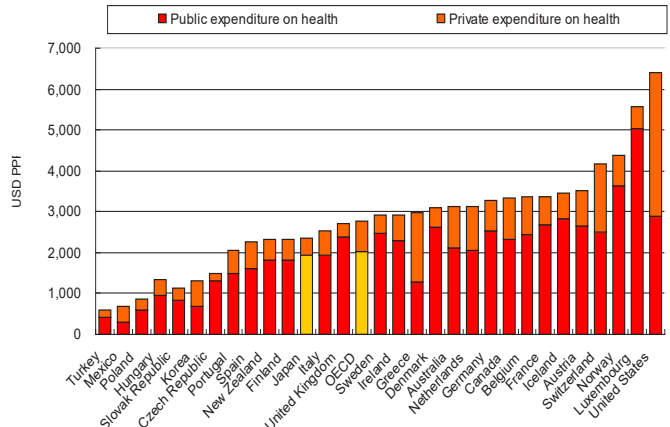
**【高齢社会、医療の進歩の中でも医療費が少ない日本】**

世界中で高齢化の問題があり、それがヨーロッパや北米だけでなく、わが国においても移民問題を生んでいます。また、日本では高齢化が進むごとに社会保障給付費が年々増加しています。



その対策の一環として2014年から「健康経営」が実施されています。健康経営とは、従業員等の健康管理を経営的な視点で考え、戦略的に実践することです。企業理念に基づき、従業員等への健康投資を行うことは、従業員の活力向上や生産性向上等の組織の活性化をもたらす、結果的に業績向上や株価向上につながると期待されます。経済産業省では、健康経営に係る各種顕彰制度として、2014年度から「健康経営銘柄」の選定を行っており、2016年度には「健康経営優良法人認定制度」を創設しました。優良な健康経営に取り組む法人を見える化することで、従業員や求職者、関係企業や金融機関などから「従業員の健康管理を経営的な視点で考え、戦略的に取り組んでいる企業」として社会的に評価を受けることができる環境を整備しています。また、目指すべき姿には、「予防、健康管理の重点化」と「生涯現役社会の構築」が挙げられています。

経済協力開発機構 OECD 加盟国 37 カ国（2020 年 5 月現在）の内 30 カ国の医療費を比較したところ、米国が最も高い結果となりました。1 人当たりの医療費の伸び（2000～2004 年）は平均 4.3%、それに対して日本は 2.1%でした。



政府は、社会保障費が高過ぎるという指摘を受け、抑える努力はしています。毎年予算の時期になると、公立、国立病院は赤字で、年金や社会保障管理などをどう改善していくかなど議論を重ねています。OECD 加盟国の人口 10 万人当たりの医師の数が平均 300 人に対して、日本は 200 人です。なぜ少ないのでしょうか？日本政府は医師の数があれば、医療費が増えるという思考を持っており、この約 20 年間医師の数を抑制する状況が続いています。

医療制度は①スウェーデンやイギリスに多い公営型（医療費は税金で賄われる）と②ドイツや日本のような保険型（保険料がベースとなり、それに国の税金と個人負担が加わる）の 2 つに分かれています。医療サービスの特徴として、公営型は公平性が高く、医療費が安い、利便性が低い（専門医療）、高度な医療は受けにくいなどが挙げられます。一方保険型は、患者が主体的に選択する、利便性が高い（専門医、施設、設備）、医療費が高いなどの特徴があります。

社会的状況がわかる資料として、以下のような記事が朝日新聞に掲載されました。国連の統計による世界 156 カ国の幸福度ランキング（2019 年）では、TOP4 に北欧がランクインし、日本は 58 位と過去最低値を記録しました。健康寿命 2 位、(1 人当たり) GDP 24 位となったにも拘わらず、人生の選択自由 64 位、寛容さにおいて 92 位となり、トータルで低い評価につながりました。

**「幸福度」日本は世界58位 過去最低**

順位	国・地域
1	フィンランド
2	デンマーク
3	ノルウェー
4	アイスランド
5	オランダ
19	米国
25	台湾
54	韓国
58	日本
88	ロシア
76	香港
93	中国
95	プータン
156	南スウェーデン

この報告は2012年に始まり、14年を除いて毎年公表されており、今回が7回目。1～3位は昨年と続いて、フィンランド、デンマーク、ノルウェーの北欧3カ国が独占し、欧州諸国がトップ10の大部分を占め、米国は19位、韓国は54位、中国は93位だった。各国・地域の各3千人程度が18～18年に、生活の満足度を「0～10」で点数化し、その数値で順位をつけ、国連の関連団体が1人当たりの国内総生産（GDP）や健康寿命などの6項目について分析した。

「選択の自由」「寛容さ」低い評価  
日本の健康寿命で2位、1人当たりGDPで24位となったものの、人生の選択の自由度（64位）、寛容さ（92位）が足を引っ張った。報告の編纂者のジョン・ヘリウェル氏によると、東南アジア諸国では、幸福度を中央値付近の「5」と答える割合が高く、このことが、日本の点数が低い原因にもつなげた可能性があるという。（朝日新聞）

（朝日新聞 2019 年 3 月 21 日）

また、政治、経済、教育、健康の 4 分野 14 項目で男女平等の度合いを指数化し順位を決める「世界経済フォーラム報告書」において、わが国のジェンダーギャップ（男女格差）改善の遅れの問題が明るみになりました。ここでの結果においても TOP4 に北欧がランクインし、社会性のレベルが高く評価されています。

**男女格差 改善遅れ**

149カ国中 日本110位

政治・経済分野 順位下がる

長時間労働なお進めセクハラ規制

女性増え「法案変わった」

10年連続1位 アイスランド

（朝日新聞 2018 年 12 月 19 日）

（朝日新聞 2018 年 12 月 19 日）

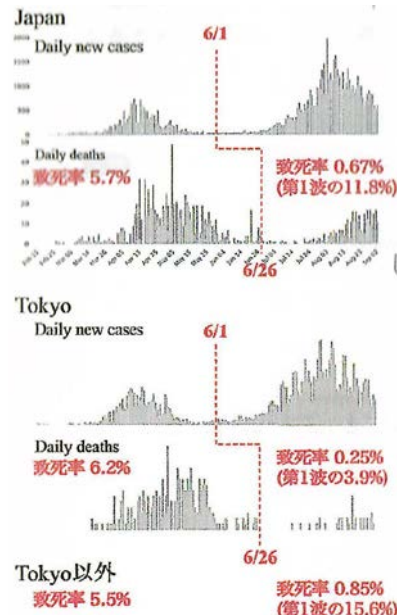
## 【新型コロナウイルス感染症 (COVID-19)】

COVID-19 について現在も各機関が研究を進めており、国によってはワクチンの接種も始まりましたが、このパンデミックは様々な課題を残しました。

### - 未知なるウイルスへの不安 -

現在メディアでも取り上げられているように、感染者とその家族、感染者への濃厚接触者と家族、感染者を治療、介護する医療従事者と家族、多人数を対象とする職業の従事者（学校、育児施設の職員）などの関係者への非難を招くことが非常に大きな問題となっています。私たちは自然災害では協力し合えるものの、COVID-19においては、人に疎外感を与えつつあり、他を責めるのは無知による「不安」からだと考えられています。

### - 日本全体の傾向 -



2020年1月15日、国内で初めて感染が確認され、10月29日には感染者が10万人を超えました。第1波は3月末～5月、第2波は6月末以降を示します。致死率は、1～4月に5.62%（80歳以上31～35%）、6～8月に0.96%（80歳以上12～16%）です。また、重症化率は1～4月に9.8%、6～8月に1.62%でした。

(園生雅弘 他, 2020年10月より引用)

大都市の歓楽街から家庭、職場、地方に広がりました。今後は飲食店、大学、老人施設におけるクラスターの予防が大変重要です。

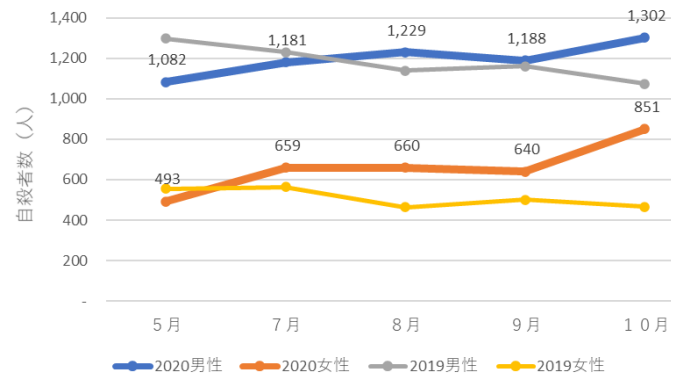
### - 女性や高齢者への深刻なダメージ -

□国連ウィメン日本協会 (UN Women) による世界的にみた女性の立場

- 子供や高齢者など家族のケアは大概女性が行っている
- 働く女性の多くは非正規労働であるため、コロナ禍により収入が減少
- 長期の外出制限により家族のストレス、緊張が増加したことにより、多くの地域で家庭内暴力が増加または悪化

□わが国では女性の自殺者が増加

自殺率は2000年以降増加し、2012年以降減少傾向にあります。また、男女比は7対3です。原因は健康問題、経済や生活問題、家庭問題が挙げられます。

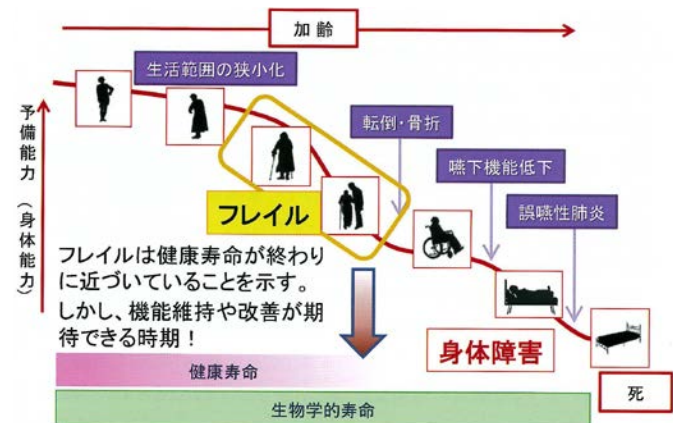


月別 (前年比%)	5月	7月	8月	9月	10月	1～10月 実数 (人)
総数	-15.0	+2.6	+17.8	+10.0	+39.9	17,219
男性	-16.6	-4.0	+7.9	+2.3	+21.3	11,541
女性	-11.2	+17.1	+42.2	+27.7	+82.6	5,678

(警察庁, 厚生労働省 資料)

自殺者数は5月まで減少していますが、6～7月以降増加、特に女性が増加傾向にあります。

また、このパンデミックは、高齢者の健康寿命維持を妨げるフレイル(Frail, 虚弱)の加速をもたらしています。

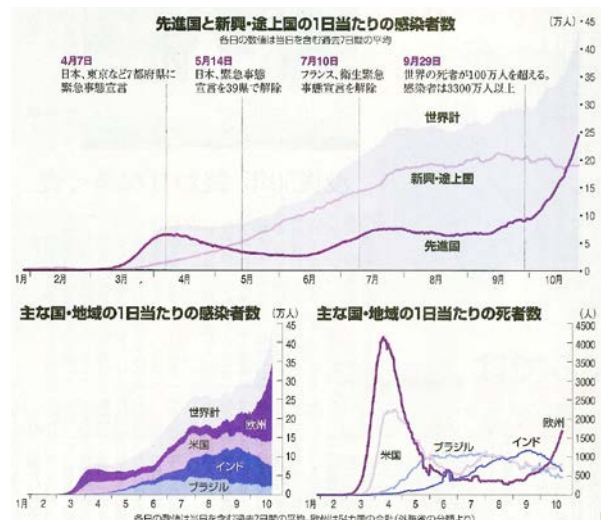


(国立長寿医療研究センター 2020)

原因となっているのは、加齢に伴う身心の変化と社会的、環境的要因の合併です。

### - 世界的に見た COVID-19 の経過 -

致死率は、世界的に第2波(6月～)のほうが第1波(3～5月)より減少しています。



(朝日新聞 2020年11月1日)

## -2020年11月末における世界の状況-

地域・国	人口(千人)	感染者数(人)(人口当り%)	死者数(感染者当り%)
欧州			
英国	67,530	1,542,623 (2.3)	55,935 (3.6) ↘ ※注
フランス	65,130	2,153,815 (3.3)	50,237 (2.3) ↘
ドイツ	83,517	970,799 (1.2)	14,866 (1.5) ↘
イタリア	60,550	1,455,022 (2.4)	51,306 (3.5) →
スウェーデン	10,036	230,514 (2.3)	6,555 (2.8) ↘
北・南米			
米国	329,065	12,598,722 (3.8)	259,979 (2.1) ↘
カナダ	37,411	346,013 (0.9)	11,676 (3.4) ↘
ブラジル	211,050	61,118,708 (2.9)	170,115 (2.8) ↘
アジア・オセアニア			
インド	1,366,418	9,222,216 (0.67)	134,699 (1.5) →
インドネシア	270,626	511,836 (0.19)	16,225 (3.2) ↘
フィリピン	108,117	422,915 (0.38)	8,215 (1.9) ↘
オーストラリア	25,203	27,854 (0.11)	907 (3.3) ↘
韓国	51,225	31,735 (0.06)	513 (1.6) ↘
<b>日本</b>	<b>126,860</b>	<b>137,789 (0.11)</b>	<b>2,036 (1.5) →</b>
(人口は2019年国連統計による)		<b>(12月10日 169,444 (0.13))</b>	<b>2,487 (1.5) )</b>

※注 11月25日-12月10日の経緯 21

(11月25日 米国ジョンズ・ホプキンス大学他の統計)

## -収束は？-

- 世界保健機関 (WHO) のパンデミック宣言は「継続」
- パンデミック収束の方策

- ・完全な封じ込め→現在ヨーロッパなどでロックダウンなどが実践されているが、無症候感染者が多く、極めて困難
- ・ワクチンの開発→今後半年以上は必要と予測 (日本)
- ・弱毒化 →期待が持てる
  - 1) 歴史上パンデミックを生ずる感染症は、長期的に見ると自然淘汰による弱毒化が必ず起こる (Kers 他 2012)
  - 2) SARS-CoV-2 は既に数千種類の遺伝子変異が存在

## -これからの私たちの生きかた-

感染による身体障害は軽減されていますが、COVID-19 が近未来 (半年~1年) に抑制されることは期待できない状況が予測されるでしょう。

- ウィズコロナの行動規範
  - 自分の生き甲斐になる仕事
  - 他人 (部下を含めて) のためになる仕事
  - 奉仕を含めた社会のためになる仕事
- ウィズコロナで通常の社会、経済、個人活動を行う
  - ただし、クラスターは防がなければならないため、飲食店、大学、老人施設、スポーツ施設は要注意
- 医療機関への受診抑制 (半年以上)
  - パンデミックの期間は、OTC 医薬品を活用するなどのセルフメディケーション (SM) が重要となります。自己の責任において、健康や医療に関する情報や知識を入手して、健康の維持、増進や病気の予防に努め、軽い病気であれば市販薬などを用いて自分で治しましょう！
  - OTC 医薬品…Over The Counter 「カウンター越し」の略薬局、薬品、ドラッグストアなどで販売されている医薬品

## -高齢者の身体機能、精神機能を維持するために-

- 定期的な社会活動の維持
  - 新しいことへの興味 (野次馬根性)
- 従来続けてきた活動の中止、長期医療を必要とする病

気は、身体機能、精神機能の維持を低下させるリスクがあります。(日常活動に影響しない病気を除く)

**「従来続けてきた活動を止めないこと」が一番重要です。**  
止めることで急速に身体、精神機能が低下する恐れがあります。RC 会員の皆様はしっかりと基本の予防をした上で、通常通り例会に参加していただければと思います。COVID-19 の感染予防に真摯に取り組んでいる方がほとんどかと思いますが、いま一度以下の点によく注意し、できる限り通常の社会、経済、個人活動を行っていきましょう！！

- 3密 (密閉、密集、密接) を避ける
- マスクの着用
- 手洗いの実践 (石けん>アルコール)
- クラスターの発生場所を避ける

※本日、柳澤 会員には、この卓話のため様々な機関から参考となる研究資料を取り寄せていただき、お話をいただきました。しかしながら、現在世界中で未知なる新型コロナウイルス COVID-19 の研究の最中であるがため、会報誌には掲載できない情報もあります。その点についてはご了承ください。

## ニコニコレポート 齊木 貴 副会場監督

### 松山 直樹 会長、洪 征治 副会長、谷口 一成 幹事

本日は今年の最終例会になります。半年間お世話になりました。来年もよろしくお願ひいたします。また、本日は柳澤 先生に卓話をお願いしております。タイムリーな話題なので楽しみにしています。よろしくお願ひいたします。

### 小澤 秀昭 君

柳澤 先生、卓話楽しみです。皆さん良い年をお迎えください。

### 松波 登 君、齊木 貴 君

柳澤 先生、本日は楽しみです。よろしくお願ひいたします。

### 武田 信平 君

フロンターレは、先週 12 日にサザン鳥栖と戦いました。後半早々に先制点を挙げたものの追加点を取れず、終盤に追いつかれ引き分けで終わりました。今日、19 時から等々力にて浦和レッズと戦います。ホーム最終戦ですので、有終の美を飾って欲しいと思います。

### 親睦委員会：クルーズ 由美子 君、石坂 想 君、

### 松田 卓也 君、峯岸 雅宏 君

柳澤 先生、本日もお勉強させていただきます。何卒よろしくお願ひいたします。

### ビール同好会：戸川 俊雄 君、生垣 繁 君、宮崎 秀樹 君、洪 征治 君、柳澤 信夫 君、松下 幸夫 君、豊見山 徹 君

コロナの影響でなんだかようやく今年の最終例会ですね！！複雑な気持ちですが、今日はコロナにどう対処するかというテーマで、ビール同好会の柳澤 先生の卓話です。真剣に聞きましょう。