



イマジンロータリー

1963年3月23日創立 週報2869号 第2916回例会

2023年(令和5年)5月31日

IMAGINE
ROTARY

第2730地区 鹿児島西ロータリークラブ

5月は青少年奉仕月間です

2022-23年度
国際ロータリー会長
ジェニファーE. ジョーンズ

会長 堂園 光一郎 幹事 永田 健吾 会報雑誌委員長 萩原 徹

- ◆例会場 〒892-0828 鹿児島市金生町3-1 山形屋7F 社交室 毎週水曜日 12:30~13:30
- ◆事務所 〒892-0828 鹿児島市金生町3-13-5F TEL:099-223-5902 FAX:099-223-7507

本日の主要プログラム クラブ協議会(地区研修協議会報告)

- ① 四つのテスト唱和 ② ロータリーソング(それでこそロータリー)
- ③ 会長あいさつ ④ 会務報告 ⑤ 出席報告 ⑥ ニコニコBOX披露

周産期メンタルヘルス・ケアについて

会長 堂園 光一郎

2023-24年度RI 2730地区のテーマの一つに、メンタルヘルスが掲げられました。全世代に関わるテーマではありますが周産期領域の不調について紹介します。

周産期(出産前後)は心の不調をきたしやすく、また女性は男性より精神的な不調をきたしやすいと言われていています。一般的に女性のうつ発症率は男性の2倍、とくに周産期はピンポイントで高く問題となります。特に産後うつは10~15%と他の周産期疾患と比べても罹患率は高いことが分かっていました。つまり産褥期はうつ病の好発時期にあたります。特に妊娠前うつ病の既往歴があると産後にも50%で発症しやすくなるため、妊娠初期からのメンタルヘルスケアが重要になります。

妊娠初期は、つわり(嘔吐症)で体調を崩すことや、望まない妊娠などがうつ発症に関係します。中期、後期も人生プランの変更や環境変化など、プレッシャーを受ける時期に起こります。産後うつは産後2週間から半年後までに起こりやすく、背景には生活スタイルの変化やホルモンバランスの変化、育児疲労が関係します。生活スタイルの変化とは、妊娠・育児のため退職したことによる環境の変化や産後に赤ちゃんと二人きりになり孤立してしまうことに

よる不安や不眠が原因です。

さらには周囲の家族にも影響を及ぼすこともあります。育児困難感から養育不全や最悪の場合は自殺企図、育児殺し、母子心中などの痛ましい事件に展開することもあり注意が必要です。しかし産後うつになった対象者のすべてが養育不全、児童虐待のリスクになるわけではありません。

産後はソーシャルサポートや、実母、祖母など手伝いが必要です。実際母親は近くにいるが頼みにくいなど、実母との人間関係が悪いと本人からはSOSを出しづらくなり問題がおこります。妊娠期間中から自分の気持ちを受け止めてもらい、周りから肯定的な返事によって、エンパワーメントをもらうことができると助かります。周りとの人間関係の構築は可能か、実母との関係はどうなのかをさりげなく聴く必要があります。さらに夫の協力が無くまとまりを感じられない家族は、うつ発症の要因となります。引っ越し、離婚、退職、同居なども心理社会的ストレスイベントです。心身の不調を起こさないためには、母親を孤立させないようにする産後ケアの重要性が叫ばれています。

次回
予告

6月7日(水) 12:30~ 山形屋
クラブフォーラム(親睦)

前回の例会(5月24日)の報告

会員数	75(70)名
出席数	30名
出席率	44.29%

5月10日例会の報告

出席率	52.12%
訂正出席数	53名
訂正出席率	74.65%

前回の例会記録（5月24日分）

〈プログラム〉

3RC（鹿児島・鹿児島西・鹿児島中央）合同例会
18:30～ 山形屋食堂

会長挨拶(5月24日3クラブ合同例会)

鹿児島ロータリークラブ会長 中野 寿康

鹿児島ロータリークラブの会長を務めております、中野寿康と申します。

コロナが一段落し、このように3クラブ合同例会ができますことを大変うれしく思います。同じ山形屋を例会場とする3クラブは共に助け合い励まし合いながらロータリー活動を続けなければなりません。

そうそう、いつぞや私共の例会を始めようとしたとき、プロジェクターが故障しまして、急遽、中央クラブさんのプロジェクターをお借りしたことがありました。その節はありがとうございました。共に助け合いながらということでしょう。

さて、鹿児島ロータリークラブは1952年10月10日に福岡、熊本両クラブをスポンサーに発足いたしました。チャーターメンバーは26名、翌28年1月にRIの承認を受けまして今年で70年を迎えました。周年事業につきましては市内グループの各ロータリークラブには大変お世話になりました。また、その周年の年に山ノ内ガバナーを輩出することができました。鹿児島ロータリークラブとしましては2010年度の伊藤ガバナーに続き、6人目のガバナーとなりました。これは我々の誇りでありますし、ガバナーはじめ、会員も本当に大変だったと思いますが、地区大会、周年事業と充実した年を過ごして参りました。約あと一か月こんな素晴らしい充実した会長職は1、2年引き続きしたいところではありますが、人材豊富な我がクラブはあとがつかえておりますので残念ながら会長は6月で引きたいと思っております。

鹿児島西ロータリークラブさんも今年は60周年をお迎えになりおめでとうございました。西クラブ所属で2000年度にガバナーをされた海江田卓さんは元々国語の先生だったとお聞きしましたが、永い間MBCラジオの脚本、スクリプトをお願いしておりましたし、実は家

が明和で裏庭を挟んで非常に近かったこともあり、ロータリーの教えばかりではなくいろいろと教えて頂いたことを思い出します。また山下皓三バスターガバナーには伊藤ガバナー年度、ガバナー補佐をしていただき、そのときそんな役職があったのかわかりませんが、私は副補佐ということでいろいろ教えていただいたことを思い出します。奥様が元MBCにいらっしゃったこともこの時知りました。

鹿児島中央ロータリークラブさんとの思い出は何といっても当時MBCの社長だった堅山さんが所属されていたということです。堅山さんは2006年度中央ロータリークラブの会長をされていますが、大変ロータリーにも熱心でお忙しくて例会に出席できないときは必ずメイキャップをされていました。私も少しだけメイキャップのお手伝いをさせていただきました。そのときが私にとってのロータリーとの初の接触だったように思います。

このような3クラブ合同例会のときにお世話になった方々の話をできるのも楽しみのひとつです。両クラブに関する話はまだまだあるのですが、わたしの話はこのあたりで終わらせていただきます。本日はよろしくお祈りいたします。



Zoomでの例会参加▶ ミーティングID：7119758631 パスコード：westrc ※入室の際は会員名が分かるように名前表示をお願いいたします

市内RC例会プログラム

東RC	6月1日(木)	クラブフォーラム(親睦月間)	サンデザイン 鹿児島	令和RC	6月5日(月)	例会なし	ホテル・レクストン 鹿児島
北RC	6月1日(木)	クラブ協議会	アートホテル 鹿児島	東南RC	6月6日(火)	次年度委員会活動報告	サンロイヤル
サザンランド RC	6月1日(木)	会員卓話	ホテル・レクストン 鹿児島	城西RC	6月6日(火)	クラブ協議会 (年間活動報告)	ホテル・レクストン
鹿RC	6月2日(金)	地区研修・協議会後の クラブ協議会	山形屋	南RC	6月7日(水)	上野AG、瀬川次年度AG 訪問	サンロイヤル
鹿児島大学 アカデミーRC	6月2日(金)	クラブ協議会	鹿児島大学 稲盛記念館	西南RC	6月7日(水)	情報高校生のカンボジア プロジェクト活動報告	ビエント
中央RC	6月5日(月)	ゲスト卓話 女優・映画プロデューサー 小川 夏果 様	山形屋				

鹿児島西RC

Eメール・アドレス info@kagoshima-w-rc.jp
ホームページ・アドレス http://www.kagoshima-w-rc.jp/

RIのホームページアドレス <https://www.rotary.org/>
日本のホームページアドレス <https://www.rotary.or.jp/>
第2730地区ホームページアドレス <https://www.2730rc.jp/>

