



WEEKLY REPORT

高山中央ロータリークラブ
2020～2021 年度 高山中央 RC 会長テーマ
「集う」



◆会長 村瀬 祐治 ◆幹事 岡崎 壮男 ◆会報委員長 岩本 正樹 ◆会報担当 井ノ下 雄志

創立 1991 年 5 月 20 日

◇事務局 高山市本町1-2

飛騨信用組合本町サテライト出張所 3階

TEL:0577-36-0730/FAX:0577-36-1488

◇例会場 ひだホテルプラザ 3F/TEL:0577-33-4600

◇例会日 毎週月曜日 PM12:30～

◇ホームページ <http://www.takayamacrc.jp/>

<出席報告>

	会員数	出席会員	出席数	Make-up	出席率
本日 1263 回	58 名	57 名	45 名	—	78.95%
前々回 1261 回	58 名	57 名	48 名	2 名	87.72%

●点 鐘

●ロータリーソング 奉仕の理想

●四つのテスト

●ゲスト・ビジターの紹介

●会長の時間

会長 村瀬 祐治



社会奉仕とは、「社会奉仕は、クラブの所在地域または行政区域内に居住する人々の生活の質を高めるために、時には他と協力しながら、会員が行うさまざまな取り組みから成るものである。」

とクラブ定款には書かれています。奉仕範囲が広く整理しにくい活動です。日本のロータリークラブは色々な奉仕活動をしています。大きく 7 項目に分けて紹介しお話しさせていただきます。

①災害支援活動 日本国内でも、地震、津波、大雨など多くの災害が起こっております。ロータリークラブでは、災害支援のための寄付金など多くの支援活動を行っています。

②自然保護活動 森林保護、自然道補修工事、植樹、ホタルの放流保護、水質保全など多くの自然環境保護活動を行っています。

③障がい者、要介護者などへの支援活動 障がい者の方々が、社会生活をおくる支援活動や、認知症への理解など多くの活動を行っています。

④地域清掃活動 ロータリー、地域団体、自治体が主体となって、地域や公共施設などの清掃活動を多くのロータリークラブのメンバーが参加し、町の清掃、海岸の清掃、寺社の清掃など多岐にわたっています。

⑤恵まれない子供たちへの支援

養護施設などの支援事業として、金銭的な支援以外にも、子どもたちと一緒に楽しい一日を過ごしてもらうなどの支援活動を行っています。

⑥古典等の文化継承と青少年の健全育成

ロータリーでは、長年継承されている地域にある古典芸能活動や、祭事などを保護し、後継者育成、青少年の健全育成の活動支援を行っています。直接的な支援活動のほか、活動団体への支援についても行っています。

⑦子どもたちの健全育成と地域サポート活動

子どもたちの健全育成活動とともに、地域活動の支援を行っており野球・サッカーマラソン・将棋大会・教育支援・子供会・青少年活動など支援しております。

今期のおもな社会奉仕

①コロナ対策医療支援基金官民共同プロジェクトに 20 万円支援

②であい塾 当クラブ会員は通信機器付き タブレット 11 台寄贈です。当クラブ会員はそれぞれの地域において色々な活動をされています。子ども育成 PTA 活動、地域見守りサポート、長寿会など町内会の役員、お寺・神社の役員、などなどです。

●幹事報告

幹事 岡崎 壮男

◎RI 本部より

・ザ・ロータリアン誌

◎国際ロータリー第 2630 地区ガバナー事務所より

・ガバナー月信 4 月号

◎国際ロータリー第 2630 地区ガバナーエレクト事務所

・2021 年度地区研修協議会のご案内

Zoom ウェビナー

<https://zoom.us/j/93721524986>

ウェビナーID : 937 2152 4986

◎米山梅吉記念館より

・館報 2021 春号 他

○濃飛グループ次期ガバナー補佐より

- ・次期会長幹事懇談会開催のご案内
日時：5月16日（日）15:30～
会場：洲さき
会費：10,000円

○高山せつ城ライオンズクラブより

- ・結城50周年記念大会開催のお知らせ
日時：令和3年10月31日（日）
12:00～17:00
会場：高山グリーンホテル
＜飛騨高山国際協会より＞
- ・通常総会のご案内
日時：4月20日（火）11:00～12:00
会場：高山市役所 4階会議室

＜会報＞

- ・高山RC
- ・美濃加茂RC

●本日のプログラム

社会奉仕委員会 委員長 鷲塚 英雄

卓話「歯科医師として社会貢献」

～口は災いのもと？口は健康のもと！～

現在、With Corona や After Corona と皆さん受け身の感覚に捉えがちなのですが、私はBeyond Corona の考えを推薦したいと思います。

もうちょっと上に行く、もうちょっと攻めるといふ姿勢で物事に当たってほしいと思います。コロナの影響で国もデジタル化やハイブリットリモートを急加速して推し進めています。我が中央ロータリークラブもそれに合わせて会の運営も変化する事を期待しております。

なぜ歯科医院でクラスターが発生していないのか？歯科医には何かあるのでは？と大阪の吉村知事がつぶやかれましたが、歯科医として色々な治療が考えられますが正直分かりません。しかし歯科医は普段からマスクやゴーグル口腔バキュームを使用して患者さんにあたっているのです。空気感染しにくいのかもかもしれません。とはいえ歯科診療では、抜歯やインプラント治療等の中で観血、血を見るような治療が毎日あります。歯ブラシの磨き方指導でも起こりえます。これまで肝炎や帯状疱疹、ヘルペス等のウイルス感染リスクが高いトップに医療関係でも歯科衛生士、歯科医が入ります。そういう意味では、患者さんより我々の方がリスクを負う事になります。その為、その都度リスク回避の対応をしてきております。

コロナウイルス対策で最も有効な事は、口の中をきれいに保つ事と国会で話題になりました。歯科医療者は、日頃から口腔を綺麗にしておりますので、コロナになりにくいのかもかもしれません。基本的

にコロナは、目や鼻や口の粘膜から感染しますから、口の中をきれいに保つ事でリスクを減らす事につながると思います。手洗い、うがい、ヤクルトというCMがあります。これはキャッチで分かりやすいですけど、歯医者的には、ヤクルトも良いけど「口腔ケア」となります。

今回の卓話テーマに戻りますが、歯科医師として社会貢献には、①国民医療への参加、②地域保健活動への参加、③国際活動への参加、④災害時歯科救護活動への参加、⑤社会に対する情報発信などがあげられます。

①国民医療への参加とは、日々の歯科医療をしております。私の場合は、子供の虫歯、歯周病、歯並び矯正の患者さんが多いです。

②地域保健活動への参加とは、1歳半、3歳、園児学童歯科検診、妊婦検診、休日歯科診療等、医師会と同様に地域医療に協力しております。

③国際活動への参加とは、TOOTH FAIRY（歯科治療や入れ歯に使う金属は金やパラジウムなどを含んだ合金を沢山集めてリサイクルすることで、子どもたちを支援する大切な資金にする）に参画して、患者さんから撤去した金属が6年間の累計で10億円となっております。歯医者で使用している銀歯の金属は1g＝約2,700円（金が約6,000円）。それを外して集めて、世界の恵まれない子の為に、学校建設等に役立たせております。

④災害時歯科救護活動への参加とは、東北大震災等の身元確認作業、避難所の口腔ケア等ボランティア活動として会で歯科医を集めて現地に赴いています。またそういったことがスムーズに行えるように講習会をしています。歯のレントゲン写真を集めてビックデータにして身元確認で使用しようという動きも出てきております。

⑤社会に対する情報発信とは、今回の様に機会があれば皆さんにお伝えしている事です。最近皆さんは、衰えを感じていませんか？

「歯」、「目」、そして「マウス＝口の機能」です。人それぞれ違いますが、口の機能は、非常に大事です。身体の衰えの前兆が、口の衰えとなります。身体の衰えを調べるには、指輪っかテスト（人差し指と親指を結び、ふくらはぎのいちばん太い部分を囲んで「囲めない」、「ちょうど囲める」、「隙間ができる」という、3グループに分ける調査）で、サルコペニア（ギリシャ語の「筋肉」を表す“サルコ”と、「喪失」を表す“ペニア”を組み合わせた言葉で、筋肉量が減少し、筋力が身体機能が低下している状態の事）で、自身の衰え状態を簡単に判断が出来ます。「隙間ができる」人は、「囲めない」人のサルコペニアが6.6倍、2年後には3.2倍と言われます。

口の機能低下は、「口が乾く」、「口が臭う」、「むせる」、「こぼす」、「活舌が悪くなる」、「硬いものが嚙



めない」、「以前より食事に時間がかかる」等が出て来ると、誤嚥しやすくなる。死亡原因の肺炎は、飲み込みしにくくなり誤嚥性肺炎で入院を繰り返し亡くなるパターンに繋がっています。ですから口の機能は、普段から意識して使っていかなければならない。「男は黙ってサッポロビール」「自分不器用ですから・・・」は、今ではだめです。とにかくしゃべる事。早死にしたくなかったらしゃべる事です！奥様と一緒にしゃべる事。黙ったら終わりです。コップのお水を飲む際に、上下の歯がある事も大事ですが、舌が上に上がり陰圧されて飲む事が出来ます。ですから年を取ってくると舌（ベロ）の筋力機能が大事というわけです。歯が無くても舌の力で食事が出来ます。舌の運動は色々ありますが、簡単なのが 3 周ほど口の中で回すことで舌も伸びるし、ほうれい線も伸びますので、普段から舌運動する事をお勧めします。あと咀嚼する

重要性をお伝えします。噛むことで体温が上がるし、骨格も形成します。（同じ長嶋親子でも違いが表れています）赤ちゃんから老人まで、噛まない悲惨な老後が待っているというスライドを見てももらいます。結論を言いますと、健康を目指すのなら、死ぬまで働き、死ぬまで噛め噛めよ。

指圧療法創始者の浪越徳治郎さんが生きていれば言ったでしょう「咀嚼のころ、母ごころ、噛めば生命の泉わく」「噛め噛め、唾を出せ」With Corona の中で、人の繋がりや社会の繋がりが疎遠になりがちですが、「人の繋がり社会の繋がりは、例会出席から」正しく有意義な例会運営をお願いします。

「12 時だよ例会集合！手洗えよ！マスクしろよ！歯磨きしろよ！よく噛んで食べろよ！」「例会に出れよ！そして余裕があれば社会奉仕しよう！」以上です。

<会員誕生日>

松之木 映一	S 25 年	4 月 7 日
劔田 廣喜	S 24 年	4 月 18 日
大原 誠	S 30 年	4 月 18 日
鷺塚 英雄	S 29 年	4 月 26 日

<夫人誕生日>

西倉 良介 淳子	4 月 8 日
----------	---------

<結婚記念日>

二木 公太郎	H 26 年	4 月 3 日
下田 徳彦	H 11 年	4 月 4 日
清水 幸平	S 56 年	4 月 5 日
岩本 正樹	S 61 年	4 月 6 日
橋本 修	S 49 年	4 月 7 日
中田 学	H 4 年	4 月 11 日
西 美紀	S 60 年	4 月 28 日



<ニコニコBOX>

昨日は 21 回目の結婚記念日でした。クラブからステキな花束を頂きありがとうございます。妻への感謝を込めてニコニコへ。 下田 徳彦

本日は結婚日のお祝いで花束が届きました。ありがとうございます。真っ赤なバラの花束で結婚 40 年目のルビー婚にぴったりの色でした。

清水 幸平

月日は早いものです。孫の男の子と女の子の双子が 4/2 に 1 歳、長女が 4/3 で 3 歳の誕生日でした。私の昭和時代は、子供の誕生日を皆で祝ったか覚えていません。さるぼぼに孫 3 人が載っています。嬉しく思います。

平林 映一

先日は結婚記念日のお花をありがとうございます。 二木 公太郎

昨日のはぐるま会でドラゴンを頂いたのでニコニコへ。 植木 眞吾

雨の中、はぐるま会に参加できたことに感謝して。 和田 良博