



FUJIEDA SOUTH ROTARY CLUB 藤枝南ロータリークラブ会報

2017-2018年度 R1テーマ
ロータリー:

変化をもたらす



例会：毎週金曜日 小杉苑
藤枝市青木2-35-30 TEL:054-641-3321
事務局：藤枝市青木1-11-10 TEL:054-647-2300
FAX:054-647-2040
E-mail: club1991@fujieda-rotary.org

会長：江崎 直利 副会長：飯田 敏之
幹事：桑原 茂 副幹事：漆畑 雄一郎

第1253回



会員卓話

2005.9.16

♪ソング… 君が代・奉仕の理想
♪ソングリーダー…加藤 智之君

通常例会/小杉苑



■ 会長報告

江崎 直利君

本日はクラブ年次総会です
あとで山田指名委員長から報告していただきます
今年7月から会長を仰せつかりもうすぐ折り返しです
幹事や委員の方々に助けられている事を実感しています
次年度会長、副会長、幹事が決定しますがとても楽しみです



■ 理事会報告

桑原 茂君

- ・1・2 月プログラムについて、承認されました。
- ・指名委員会報告について、山田指名委員長より、次年度会長は飯田敏之君、副会長は渡邊芳隆君に決定の報告を承認されました。
- ・IMについて、理事・役員より順にご案内を送付することが承認されました。
- ・年忘れ例会について、会員 42 名、夫人 27 名で承認されました。当日のカクテルサービスは、12 月生まれの夫人 5 名にサービスします。
- ・新年賀詞合同例会について、1 月 12 日藤枝南の当番で行われることが、承認されました
- ・後期会費請求書について、承認されました。
- ・藤枝南 RC 杯 U-10 サッカー協賛について、協賛金 30,000 円で承認されました。

・12・1月事務局休暇について、12月25日～1月5日まで冬季休暇を頂きます。

■ 幹事報告 桑原 茂君

- ・国際2620地区より
2017年12月のロータリーレートは、1ドル＝112円と本部に連絡がありました。
(参照) 11月ロータリーレート：114円
- ・会長幹事会で第4グループのガバナー補佐選出順番が決まりました。
藤枝南RCは、2024年から2025年度です。

■ 出席報告 加藤 智之君

本日のホームクラブ 出席者	前回の補正出席者
35/48 72.92%	42/48 87.50%

- (1)欠席者(事前連絡とメイクアップをどうぞ)
- 池ヶ谷君 ○川口君 ○小山君 ○鈴木寿君
 - 樽井君 ○古川君 ○村松君 小池君
 - 内藤君 藪崎幸君 藪崎茂君 渡邊博君

■ ビジター

鹿養 知良君 (名古屋名東)

■ スマイルBOX 加藤 智之君

- ・今日は大安です。ケガからの気分転換に新しい車に変えました。Hのマークで今日届きます。
江崎 直利君
- ・本日、理事会が無事に終わりました。理事会の日はバタバタしてますが、それが何だか嬉しい。
桑原 茂君
- ・誕生日プレゼントをありがとうございます。
これを境に第2の人生設計を立てたいと思います。
次男 渡邊芳隆君
- ・誕生日のプレゼントありがとうございます。
仕事の都合で本日は早退致します。お許し下さい。
鈴木 照寛君
- ・50歳半世紀になります。学生の頃は50の自分を想像できませんでした。正直、今もピンと来ていませんが素晴らしい還暦を目指して、これから10年頑張ります。
杉山 茂範君
- ・妻の誕生日、結婚記念日のプレゼント頂きました。
中山君もってきて頂きありがとうございます。
宮古島の産業祭にでておりました。
飯田 敏之君

- ・妻の誕生日プレゼントありがとうございます。
このプレゼントを心待ちにしていたようです。
平原 望君
- ・妻の誕生祝いありがとうございました。
稲葉 俊英君
- ・一か月遅れですみません。結婚記念日のお祝いありがとうございます。
梅島 純夫君
- ・誕生日のプレゼントありがとうございました。
これからもよろしくお願い致します。
山田 壽久君
- ・結婚記念日プレゼントありがとうございました。
家の中で日々堂々としていられるように感謝の心をもって過ごしていきます。
加藤 智之君

スマイル累計額 343,000円

■ 会員卓話



望月 誠君

オーラルフレイルについて

現在、日本は高齢社会に入っておりますが、歯科医師会が中心になり進めてきた8020推進運動により80歳で20本の歯を保っている高齢者が約40%以上に達成されております。この8020推進運動の歴史を振り返ってみますと、平成元年にスタートをしたこのイベントにおいて当時は、平均寿命が女性においてようやく80歳になり、実際に80歳で20本の歯を保っている方は7%程度でありました。この時に平均歯数は4～5本とのことでありました。

しかし歯科領域における高齢者に対して口腔機能低下の概念が出てきました。どのようなことか言いますと

- 1、滑舌の低下、(衰え)は舌などの運動機能の低下。
舌は食事において大切な機能をしております。ものを食べたときに舌が硬口蓋にあたりゴクンと飲み込みます。

2、食べこぼしは 口の周りの筋肉の衰え **口腔解剖学咀嚼筋、**

3、僅かなむせは 飲み込み機能の衰え、**(嚥下障害) 顎舌骨筋、顎二腹筋、茎突舌骨筋、**

4、噛めない食品の増加は 咀嚼機能の衰えなどの4つの特徴があります。

これらの4つの症状がオーラルフレイルと呼ばれています。これは病名ではなく特徴であります。オーラルフレイルは「口の虚弱」または「口腔機能の衰え」と言う訳であります。

オーラルフレイルの進みかたは4段階に分かれています。

第1段階は、歯の喪失、この歯の喪失があると口の周りの健康への関心の低下、活動量の低下、社会生活への広がり低下、

第2段階は滑舌の低下、食べこぼし、むせる、噛めない食べ物が増える。よってこれにより食欲の低下、食品の偏りが出てきます。

第3段階は噛む力の低下、舌の動きの悪化による食べる量の低下が見られこれより筋力、筋肉量の低下、代謝の低下がみられます。(サルコペニア)

第4段階は飲み込みの障害、噛む機能の衰えにより、虚弱、運動栄養の障害そして要介護へと移行していきます。

これからは、う蝕、歯の欠損、歯周病治療などに加えて、咀嚼、嚥下、を含めた口腔機能の低下に早期に介入をていく取り組み必要とされてきております。

実際に大学の歯学部、歯科大学の大学病院においては口腔リハビリテーション科があります。私が大学病院での研修期間ではこのような科は存在していませんでした。

口腔機能が低下をしてくる症状がありますこれは上記の4段階事柄と重複をしていますが、話していきます。

1、口腔の不潔は 高齢者の口腔内で微生物が異常に増加をして、誤嚥性肺炎、術後性肺炎、口腔内感染症を引き起こす可能性がある。口の中は多くの細菌が存在してあります。

2、口腔乾燥は 口腔内の異常な乾燥状態あるいは乾燥感を伴った自覚症状であります。口腔乾燥は加齢や飲み薬なども助長をします。

3、咬合力の低下は 天然歯あるいは義歯による咬合力の低下をした状態

4、舌、口唇運動機能の低下は 加齢や脳血管障害、パーキンソン病などの全性疾患によって、脳神経の機能低下や口腔周囲筋の機能低下が生じ、舌口唇の運動速度や巧緻性が低下し、接触行動、栄養、生活機能などに影響を及ぼす可能性がある状態である。

5、低舌圧は 舌を動かす筋群の慢性的低下によって舌と口蓋や食物との間に発生をする圧力が低下した状態で、進行をすると咀嚼や嚥下に支障をきたし、必要栄養量に見合う食物摂取ができない状態になる可能性がある。食べ物を飲み込むときに、舌が口蓋部に接します

6、咀嚼機能の低下は加齢や健康状態、口腔内環境によって咬合力や舌の運動能力の低下がして、結果的に低栄養、代謝の低下を引き起こすことが、危惧されている状態です。

7、嚥下機能低下は 加齢による摂食嚥下機能低下が始まり、明らかな障害に至る前段階の機能不全を有する状態です。

これより、口腔の虚弱の予防対策の必要性が出てくるわけでありです。

オーラルフレイルの予防対策は全てのライフステージで行なわれております。

ステージは出生、保育園、幼稚園、小中学校、高校、大学、成人、高齢者であります。各ステージにおいては、口腔機能対策、虫歯対策、歯肉炎歯周病対策、が各パートで見られます。各対策が各分野で取り組みがされております。

I、家庭

1、虫歯対策においては規則正しい食生活、フッ化物配合の歯磨剤、甘味飲食品の摂取のコントロール、代用甘味料の利用、家庭内のフッ化物の洗口。

2、歯周病対策においては歯磨き対策、食生活習慣、清掃補助器具の使用等

3、オーラルフレイル対策においては

①お口の機能発達には哺乳、離乳、正しい摂食、

咀嚼、嚥下指導、舌の位置、食べるときの姿勢、安全な食べ方支援

②カミングサンマル運動日はよく噛む効能、食べるときの姿勢、メタボ対策、

③機能低下予防としてはあいうべ体操、パタカ体操

II、保育園、幼稚園、小中学校

1 虫歯対策、2、歯周病対策は保健指導、定期検診診断、健康教育、集団フッ化物応用、昼食後の歯磨き

3、オーラルフレイル対策は

①離乳支援、食べ方支援、姿勢嚥下時の舌の位置、癖など

②セルフチェックの活用による行動の変容として食べ方支援、食環境、口の状態、口腔衛生習慣、生活習慣、食生活食機能等

③カミングサンマルにより食育支援

III、企業

定期健康診断によるかかりつけ歯科医師への定期検診が重要です。

IV、歯科医院

1 虫歯対策、歯周病対策は定期検診、専門的アドバイス、フッ化物の塗布、洗口シーラント処置、専門的歯面清掃、抗菌剤の応用、保健指導

2、オーラルフレイル対策は

不正咬合、口唇閉鎖不全、悪習癖の改善

V、郡市区

1、 虫歯対策、歯周病対策は妊婦歯科検診、

2、 母子保健(6か月児、1歳半、3歳児健診)フッ化物塗布、洗口事業、歯周病健診、かかりつけ歯科医師への受診の勧め、保健指導

3、 オーラルフレイル対策

① 発達支援は母子口腔保健指導の手引きの活用

② 維持向上は健康教室、オーラルフレイルチェックの予防事業、地域支援事業、後期高齢者歯科検診

このようにこれらの活動を通じ高齢者だけではなく若年者からの口腔機能低下の予防を啓発していきます。

■ クラブ年次総会

飯田 敏之
次年度会長



副会長の職務をひたすら真面目に遂行しております飯田です。

本日は時間を与えるから 次年度の会長としてメンバーの皆様には挨拶をしておけとの連絡を頂きましたが お前にマイク持たせると余なことまで話して長くなるから5分だけだぞと脅かされたので 簡単なお話にまとめさせていただきます。

まず、皆様もご存じのとおり 次年度から分区の編成が変わります。現在の静岡第5分区は静岡の3クラブに代わり磐田・袋井・掛川の4クラブと同じグループになります。 これにより今後、どんなことが予測されるか IMなどの出席者も会場が遠いからの理由で参加者が減るだろうとも意見がありますが、 藤枝南はポジティブな人間の集団ですから 誰一人として要らぬ心配している人はいないと思っております。

次年度のガバナー補佐の藤枝クラブ・村松英昭先生からご指導を頂き、スムーズな運営を心がけていきたいと考えております。

最後に私、飯田敏之は何かにつけ 宮古島好きの飯田と思われがちですが、実はそうではなく、石垣・波照間・ケラマ諸島等沖縄の全般が好きなので今後は沖縄が好き飯田と覚えて頂けたらとお願いして、ご挨拶にさせていただきます。

■ 今週の一言

刈脇 一啓君



先々週の週末に長野県上田市に行ってきました。7月からスーパー7を預けてあったのですが、「クルマの修理が完了した」と上田のガレージから

連絡が来たので北陸新幹線に乗って取りに行きました。駅前のホテルに一泊し、翌朝目覚めたらなんと周辺の山々は雪化粧で真っ白でした。それでも4か月ぶりの再会がうれしくて、路面の雪が解けるのを昼まで待ってから一番標高の低い峠を選んで、幌も上げず帰ってきました。この、夏から秋のオープンがいい季節に乗れなかったのは残念だけど、春を待っている。なんだか嬉しい。

例会プログラム

例会日	クラブ行事	摘要
12/8(金) 第1254回	外部卓話	
12/22(金) 第1255回	年忘れ夜間例会	
1/12(金) 第1256回	合同新年賀詞 交換例会	担当:藤枝南
1/19(金) 第1257回	職場奉仕委員会	理事会

■ 今週のこの人

杉浦 聡君



本日も大忙し！

クールを装着していますが脇の下は大洪水です(笑)



自主練の必要がありそうですね(笑)

12月のお祝い
おめでとうございます！



(担当/杉浦君)