



関中央ロータリークラブ

2016-2017 WEEKLY REPORT



例会日 毎週木曜日 18時30分

例会場 関観光ホテル（関市池尻91-2）

事務局 関市西本郷通5-2-53 TEL0575-24-7332・FAX0575-23-5278

会長：石原 妙生 **副会長**：川村 紳一 **幹事**：波多野 篤志 **クラブ会報委員長**：吉田 和也

2016~2017年
国際ロータリー会長
ジョン F. ジャーム

ロータリーで何か発見を！

2016~2017年度 関中央RC会長テーマ

四つのテスト
・ 真実かどうか
・ みんなに公平か
・ 好意と友好を深めるか
・ みんなのためになるかどうか

本日のプログラム 第1898回例会 2017年5月11日（木）

卓話 関商工会議所 青年部 会長 金子 正剛様

テーマ 「仲間に感謝 仲間と感動」 : 担当 青少年育成委員会

前例会の記録

第1897回 2017年4月27日（木）

卓話 太田歯科医院 太田直哉先生

テーマ 歯科の話（一開業歯科医のつぶやき）

: 担当 会計監査

*ロータリーソング「それでこそロータリー」斉唱

*お客様紹介

太田歯科医院 太田直哉先生

*会長あいさつ 石原妙生会長

今週の土曜の昭和の日から、最長9日間休日になるゴールデンウィークです。皆さんもそれぞれどこかへお出かけのことと思います。

調査によると、今年は一泊以上の旅行に出かける人は、約2,400万人になる見通しで、国内が2,340万人、海外は55万人が見込まれています。又費用では、国内が約35,000円、海外が260,000円で、傾向としては国内の魅力的な宿泊施設が増えた事や、国際情勢の悪化で治安が不安等で国内が増えている状況です。



さて、本日は皆さんの大好きな「お酒」の話をしたと思います。お酒と言えば当クラブでも「酒づくり同好会」が出来、新酒が出来るのが楽しみです。今日は酒の種類ではなく飲み方について話をします。

3月の終わりのことですが、ある会合が有り年度末でもあり仕事を何とか頑張って出席をしました。その日は一次会ともう一軒いったのですが、かなり酔っていて二軒目を出た所で転んでしまい、ズボンに破れ、膝にはケガをしました。次の朝は完全に二日酔いで体調が悪いのですが、それより前日二軒の支払いの記憶が無く、友人に確認しカバンを見ると領収書がありホッとしました。そんな飲み方は良くないと思い、「正しい飲酒の仕方とその根拠」の適正飲酒10か条を自分でも守るつもりで、皆さんにも是非と思いお話しします。

お酒は適度な量を適切に飲めば、健康にも良くコミュニケーションの手段としても役立つ飲物です。

1. 談笑しながら楽しく飲む：ストレスの解消、リラックス効果
2. 食べながら適量範囲でゆっくりと：日本酒1合、

ビール中1本、食べながら

3. 強い酒は薄めて飲む：内臓の粘膜に炎症、薄めて摂取量を抑える
4. 週に2日は休肝日：内臓の粘膜の修復、依存症を防ぐ
5. 切りなく長い飲み続け：約3合飲んだ場合、8時間以上抜けない計算になる。
6. 他人への無理強い・イッキ飲み：急性アルコール中毒症の危険性
7. 薬と一緒に危険：効果が無い又は、きき過ぎ等、悪酔い
8. 妊娠中・授乳期は飲まない：流産、発達障害等
9. 飲酒後の入浴・運動要注意：血圧低下、脳障害、ケガ等
10. 肝臓等の定期検査：血液検査等定期的に検査を受ける。

以上10項目を守り、お酒と上手にお付き合いしたいですね。

(4月16日地区研修・協議会 会員増強部門)

報告 No. 2 担当：次期会員増強委員長 石原妙生

1. 各クラブの実情

・岐阜南クラブ 21名増

今年度の2月に創立60周年記念を行った。3年前に60周年の年に当時の68名から100名にする目標を立て、昨年後半には期限限定で入会金「0」を執行し、今年1月に目標の100名達成をする。増強に対し、とにかくいかにやる気で実際に行動するか。その気持ちを持った十数名で対応し行動した結果です。とにかく口で言うだけではだめ、行動する！と力説される。又、新しく入会した人のつながりでの入会も募り成果があった。

・岐阜東クラブ

会員増強委員会の会合を増やし、若い人をメンバーに入れている。

・四日市西クラブ 8名増

先輩会員が見ていて楽しそうである。

いろいろな同好会が有り楽しい(ゴルフ・ワイン・スキューバダイビング等有る)

情報交換会の開催(酒有、和気あいあいで堅苦しいのは無しで行う)

最後にガバナー月信4月号の裏面に関中央の40周年記念式典の記事が載っています。必ず見て下さい。又、新会員の所に岐阜南クラブ10名が載っています。合わせてご覧ください。

*卓話

太田歯科医院 太田直哉先生

テーマ 歯科の話

(一開業歯科医のつぶやき)



一般社会・歯科医師→むし歯を削ってつめる

→歯を抜いて入れ歯を入れる

→歯石をとる

・・・・・・とっている。思っていた。

歯周病 歯石・歯垢をとる→感染予防(菌血症)

外傷 歯の破折→修復をする

歯の脱臼→再植、固定する

顔面骨折→修復固定する

裂創等→縫合する

顎関節症 顎(顎関節部)が痛い、その周囲が痛い

筋緊張型頭痛(典型例は朝)

→咬合挙上床(マウスピース)・

認知行動療法など

その他の慢性頭痛との判別

味覚障害 味覚減退、無味症、異味症など

→亜鉛欠乏→補充

→舌炎(カンジタ)→薬剤

→神経系の異常→他科へ

口腔乾燥症

歯科心身症の一つ→他科へ

口腔乾燥症 薬剤性、心因性など

→主治医先生へまたは心療内科など

非歯原性歯痛・口腔顔面痛(歯が原因でない歯の痛み)

→主治医先生へ 精神科へ

口腔癌 いろいろな型あり、良性悪性の判別

→口腔外科へ

口内炎等粘膜疾患

いろいろあり、原因不明 ウイルス性など

→薬剤、必要なら口腔外科へ

歯性上顎洞炎

歯の根の中、または歯周病から上顎洞炎(蓄膿症)

→根の中の消毒、または抜歯、

創部保護、その後洞内洗浄

(その他)

睡眠時無呼吸症候群

誤嚥性肺炎

嚥下障害

糖尿病⇔歯周病処置

歯周病が改善すると糖尿病が改善することがある

高血圧→無痛処置（血圧を上げない工夫）

心臓病（狭心症・心筋梗塞・心房細動等）

→無痛処置

→血液サラサラ薬への対応

心臓弁置換術後→感染予防

その他いろいろ

(質疑応答)

・インプラントは賛成ですか？

賛成ですが、適応するかどうか、下と上の歯のスペースは大丈夫か、骨の幅、歯茎の形など確認し、無理はしない方がよい。

・歯間ブラシは毎日使用していいですか？

毎日使用して下さい。普通のブラシだけだと、歯の4面あるうちの2面しかあたりません。

*出席委員会

会員数32名、本日の出席18名です。

*ニコボックス委員会

・会長・副会長・幹事

太田歯科医院 太田直哉先生、本日の卓話、歯科の話（一開業歯科医のつぶやき）よろしくお願ひします。

・小澤重忠君

太田歯科医院 太田直哉先生のご来場を歓迎して。

・長谷川修君

太田先生 卓話楽しみにしています。

18名のご投函ありがとうございました。

*幹事報告

・5月ロータリーレートは1ドル110円です。

<次例会の案内>

第1899回 2017年5月25日（木）

卓話 各務原市職員元学芸員 渡邊 博人様

テーマ「古代 ムゲツ氏」

担当：職業奉仕委員会