



KAWASAKI TAKATSU R.C.

第2590地区第3グループ 川崎高津ロータリークラブ

2011～2012

事務局：〒213-0041川崎市高津区溝口2-14-1むらたビル3F
 例会場：ホテルKSP TEL 044-819-2211
 例会日：毎週木曜日 12:30 / 毎月第4週 18:00
 会長：田中 薫
 幹事：鈴木 良一



R.I.会長
Kalyan
Banerjee

クラブ年度テーマ
『ローターの原点にたちかえり、思いやりの気持ちを持とう』

点鐘・開会宣言・歌唱

田中 薫会長 「君が代・奉仕の理想」

報告

会長報告

- * 米山記念奨学生の依頼が届いております。
氏名：宝音 図(ホヤト) 1975年生 男性
国・地域：中国・内モンゴル
在籍校：桐蔭横浜大学 法学研究科 法律学専攻
奨学期間：2012年4月～2013年8月(1年半)
- * 2012学年度 米山奨学生・加サテ-のためのリエンテ-ション及懇親会開催の案内が届いております。
日時：4月21日(土)15:00～18:30
場所：上大岡ウイング 横浜 ゆめおおおおかウイスタ-12F
- * 新ホリオンラスタ-の2011-12年度分1,000ドルを3月末にR財団に送金しました。
近隣クラブ例会変更のお知らせ
* 横浜あざみRC:4月11日(水)を8日(日)に 地区協出席
* 川崎RC:5月3日(木)休会 (祝日 憲法記念日)
R為替レート変更のお知らせ 4月～1ドル=82円(3月は78円)
諸事お知らせ
* 次週4月12日(木)の例会は4月20日(金)川崎西RC開催の「R情報・職業奉仕委員会五大クラブ合同研修会」に出席のため移動例会となります。
次々週19日(木)の例会は21日(土)献血活動に移動例会となります。
本日例会後に定例理事会が開催されます。
委員会報告
* 親睦活動委員会 森 正一委員長
3/22に行われた花見・ご夫人デ-には多数のご出席を頂きありがとうございます。フグ-ンによる楽しい催しも大盛況でした。また多額のご祝儀を頂戴しましたことをお礼申し上げます。
* 社会奉仕委員会 (代理) 鈴木 良一幹事
4/21(土)は溝口駅前献血運動を行います。皆様のご協力をどうぞよろしくお願い致します。
* 雑誌・広報委員会 森山 圭介委員長
4月はローター雑誌月刊なので特集が組まれています。
* P6～「ローター雑誌の仲間たち」
各国のR雑誌の表紙が見られます。
* P11～「ご存じですか？Rの友 地区代表委員」
「友」編集長 二神典子 地域の雑誌の編集委員会によって毎月発行。第2590地区は小原孝之氏(横浜東)
* P33～「会員増強は永遠の課題」第2630地区 石井惣司ガバナー(四日市) 現状は厳しく会員減少が続いている。経済、高齢化や早期退会者については情報や理解の不足など 第一に増強、第二に維持、いかに退会を防止するか
* P39～「ローターズの3大義務」『友』編集長 二神典子
1:「まず例会出席から」標準ロータークラブ 定款第9条
2:所定の期限後30日以内に会費を納入
3:雑誌の購読

第35回 例会記録

4月は「ローター雑誌月刊」です。

通算：第1277号
 例会日：平成24年4月5日
 発行日：平成24年4月19日
 今週のプログラム：「卓話 森山圭介会員」
 次回のプログラム：「移動例会 R情報セミナー」
 コニコトネーションメッセージ

* RC会員(順不同、敬称略)

田中 薫 森山会員、卓話をよろしくお願ひします。
 三家 護 4/6～4/15は、春の全国交通安全運動です。
 あらためまして交通安全に気をつけて下さい。

	件	合計	累計	目標額	達成率
ローター財団	11	11,000	364,000	336,000	108.33%
米山奨学会	12	12,000	377,000	560,000	67.32%
ニコニコBOX	12	13,000	604,000	1,000,000	60.40%
フルトリ-BOX	12	13,000	441,000	500,000	88.20%

	会員数	出席義務者	欠席数	出席率	MU	前々回修正
本日	27	25	5	80.00%		
前々回	27	25	7	3月15日分	1	76.00%

クラブ会報委員会

本藤光隆委員長 相馬 元副委員長
 三富末雄委員 森山圭介委員 編集担当：森山圭介

委嘱状

* 米山加サテ- 石川演慶加サテ-
 宝音図(ホヤト)奨学生の加サテ-として委嘱されました。



会員卓話「口腔機能を向上させましょう！」
森山 圭介会員

1. 口腔機能向上とは？

- ・ 摂食・嚥下機能の向上
- ・ 口腔衛生状態の改善・口腔清掃

2. お口の機能とは

- ・ 食べること(摂食・咀嚼)
- ・ 飲み込むこと(嚥下)
- ・ 話すこと(発音)
- ・ 味わうこと(味覚)
- ・ 呼吸すること
- ・ 表情をつくること

3. 口腔機能向上の目的と内容

- ・ 高齢者がおいしく、楽しく、安全な食生活を営むことが目的

1. 口腔ケア
2. 健口体操(口の周りの筋肉の体操)

4. 口腔ケアの意義

- ・ むし歯の予防
- ・ 歯周病の予防
- ・ 口臭の予防
- ・ 誤嚥性肺炎(嚥下性肺炎)の予防
- ・ 運動、感覚機能を高める
- ・ 味覚を高める
- ・ 爽快感をえる

5. 誤嚥性肺炎とは？

- ・ 嚥下および咳反射の低下による不顕性誤嚥(本人が気づかない誤嚥)により、口腔内細菌が気管内に流入し発症する肺炎
- ・ 高齢者の肺炎のうち、誤嚥性肺炎がかなりの高率を占めている

6. 高齢者の肺炎

- ・ 高齢者の病気で救急搬送の原因として最も多いのは肺炎である
- ・ その多くは誤嚥性肺炎であると思われる
- ・ 肺炎は日本人の死因の第4位である
- ・ 肺炎は致死率が高い
- ・ 肺炎は老人ホームや老人病院で深刻な問題となっている

7. 補助清掃具(歯間ブラシ、糸ようじ、デンタルフロス)

8. 歯磨きをしないとどうなるか？

- ・ むし歯
- ・ 歯周病(歯槽膿漏)
- ・ 口臭
- ・ その他

9. 義歯の清掃をしないとどうなるか？

- ・ 口腔内が不潔になる
(歯が残っている場合には上記原因になる)
- ・ 味覚に影響する
- ・ 口臭がする
- ・ 誤嚥性肺炎(嚥下性肺炎)の原因となる

10. 口腔機能の基本チェックの方法

- ・ 半年前に比べ固いものが食べにくくなりましたか？
- ・ お茶漬けや汁もの等でむせることがありますか？
- ・ 口の渇きが気になりますか？

いつまでもおいしく食べるための10か条

1. 口の中のトラブルは早く見つけましょう
2. かかりつけ歯科医をもちましょう
3. 口の中はいつもきれいにしましょう
4. 舌も歯ぐきもきれいにしましょう
5. 自分にあった歯ブラシを選びましょう
6. ぶくぶくうがいもリハビリです
7. 舌の動きを良くしましょう
8. 飲みにくい方はまず緊張をほぐしましょう
9. 口の中が乾いていませんか？...脱水は大敵です
10. 姿勢を正してお食事をしましょう

おわりに

介護予防の第一歩は口腔機能向上から

