



国際ロータリー第2750地区
東京多摩グリーンロータリークラブ
2015～2016年度

会報

恐れず改革、フレッシュな25周年クラブを！



2015. 11. 04 第1168回例会 No. 26-16 2015. 11. 18発行

◎司会 SAA・親睦委員会 小坂 一郎

◎開会点鐘 会長 宮本 誠

◎国歌「君が代」斉唱

◎ロータリーソング「我等の生業」

ソングリーダー 菊池 敏

「四つのテスト」の唱和

SAA・親睦委員会 小坂 一郎

◎お客様紹介 会長 宮本 誠

卓話講師 東京多摩RCの 関戸 達哉会員

東京世田谷RCポリオ撲滅チャリティゴルフ

別紙 壮一実行委員長・地区ポリオプラス副委員長

◎会務報告 会長 宮本 誠

*先日の11月1日、中央公園で行われた多摩市主催の、平和記念樹「アオギリの樹植樹祭」に出席頂いた数名の会員の皆さん、ありがとうございました。ロタフェローの多摩グリーンロタキッドクラブ「心の詩・少年少女合唱団」がシンボルソング「アオギリの歌」を歌いましたが、これは市長より公文文書で当クラブにロタキッドの出演依頼があつてのことでしたので、クラブメンバーに出席いただいたことは、クラブの面目が立ちました。

*本日例会後、第5回定例理事会を開催します。

◎幹事報告 幹事 入沢 修自

*配布物：会報の他に、ロータリーの友11月号、2015～16年度地区大会パンフレット、親睦旅行御案内。

*回覧物：バギオだより。

*他クラブ例会変更については事務局にお問い合わせ下さい。

◎次年度役員・理事候補者指名

指名委員会委員長 宮村 宏

会長エレクト	田崎 博実	副会長	峯岸 忠
幹事	杉山 真一	会計	伊澤ケイ子
SAA	三田みよ子	理事	大松 誠二

◎東京世田谷RC2015 - 16 年度ポリオ撲滅チャリティゴルフのご案内

別紙 壮一実行委員長



1. ポリオ撲滅チャリティーゴルフ大会を東京世田谷ロータリークラブ主催で平成28年4月8日八王子カントリークラブで開催します。ぜひ

1～2組のご出席をお願いします。

2. ポリオ撲滅支援について

あと2～3年でポリオ撲滅となりますが、資金不足でありますので、ロータリー会員企業より5万円の寄付をお願いしたいと考えております。さらに一般企業からお願いしたいと思っております。すでに斎藤会員、田村会員、遠藤会員から支援いただいております。

【 諸事報告 】

◎各委員会・他

☆スクラッチ会の開催 ゴルフ同好会 杉山 真一

今月11月25日(水) 最終例会の前にスクラッチ会ゴルフを行います。本日参加出欠表を回しますのよろしくをお願いします。

☆会報・記録委員会 委員長 森本 由美

本日の会報に、「Who Am I」を掲載しました。本日投票用紙に記入の上提出して下さい。

☆親睦旅行について

SAA・親睦委員長 若林 克昌

今週の8日に、親睦旅行を日光、鬼怒川にまいります。今回15名の参加です。これからの駆け込み参加希望者がおりましたら受付しております。

☆ロタフェロー委員会

委員長 宮村 宏

11月1日、中央公園で行われました「アオギリの樹植樹祭」の様子が「たま広報」、「タウンニュース」にロタキッド合唱団の写真も一緒に掲載されます。



例会場 京王プラザホテル多摩 例会日 水曜日 12:30～ 月最終例会 18:30～
事務局 〒206-0033 多摩市落合1-43 京王プラザホテル多摩561号
TEL 042-372-6463 FAX 042-372-6491 Eメール tamagrc@tamagrc.join-us.jp

会長 宮本 誠 幹事 入沢修自 会報・記録委員長 森本由美
副委員長 足立潤三郎 委員 大松誠二 菊池敏 小泉博 関岡俊二
HP: <http://www.tamagrc.join-us.jp/> 海野榮一 吉沢洋景

◎出席報告 出席奨励委員会 中谷 紘子

会員総数	32 名
出席義務免除者	8 名
出席者数	出席義務者 17 名
	出席義務免除者 8 名
計	25 名

出席率 25/32 = 78.13%

第 1166 回例会 (10/15) 訂正出席率 83.87%

◎ニコニコBOX SAA・親睦委員会 村上 久

宮本 誠 今日の関戸さんの卓話テーマ面白そうですね。

入沢 修自 関戸さん本日は宜しくお願ひします。

荒瀧 義機 関戸様ようこそいらっしゃいました。楽しんで下さい。秋らしくなってきましたね！

大松 誠二 風邪で苦しんでいます。皆さんもお気をつけあそばせ。

遠藤 二郎 別紙さんようこそいらっしゃいました。

小泉 博 関戸様卓話よろしくお願ひします。ロタキッドの7株リ植樹よかったです。

伊澤ケイ子 関戸様卓話ありがとうございます。楽しみです。

森本 由美 別紙さま、関戸さま、ようこそいらっしゃいました。秋晴れで心ウキウキです。

宮村 宏 指名委員長として次期役員、発表致しますのでよろしくお願ひします。

村上 久 関戸様卓話楽しみにしています。

中谷 紘子 気持ちいい秋晴れですね、お客様ようこそ。

斎藤 誠壽 関戸様卓話よろしくお願ひ致します。

関岡 俊二 関戸様卓話楽しみにしています。

田村 豊 関戸様、本日の卓話楽しみです。

津守 弘範 関戸さんようこそ卓話よろしく。

若林 克昌 11/8 (日) より親睦旅行です。体調管理は万全にお願いします。

本日の合計¥17,000 (累計¥376,609)

◎卓話者紹介 プログラム委員長 田村 豊

本日は東京多摩RC会員であり、関戸歯科医院院長、八南歯科医師会副会長を務められております、関戸達哉先生にお願いします。

◎卓話「あなたは何故歯を磨くのですか？」

《知らないと命にかかわる新知識》

東京多摩RC会員 関戸達哉 先生

自己紹介・・・昭和29年9月八王子市にて出生。現在61才。昭和56年東京歯科大学卒業、海上自衛隊入隊、平成元年第一次南極観測船に参加、平成6年海上自衛隊退職後、多摩市にて関戸歯科医院を開業、理事長、院長として現在に至る。ロータリー歴は、2008～09年東京多摩RC会長、2011～12年IM実行委員長。

歯を磨いたことの無いという方はいらっしゃらないと思いますが、では何故あなたは歯を磨くのですか？「虫歯にならないため」、「歯周病（歯槽膿漏）を治すため」、「口臭が気になるから」というところが大多数でしょうか。また「何となく」とか、「習慣で」という方もいらっしゃるのでしょうか。



ところで、日本人の死因の上位を占める疾患をご存知ですか？最近では1位が癌、2位が心疾患、3位が肺炎、4位が脳血管疾患となっています。そして、それらの疾患に口の中にいる細菌が関わっていることが最近わかってきたのです。

心臓の弁膜に細菌がへばりついて起こる病気が細菌性心内膜炎ですが、この原因菌のほとんどは口の中にいる細菌です。また、動脈硬化は狭心症や心筋梗塞、脳梗塞という、死因の第2位、4位となっている疾患の原因となりますが、動脈硬化のあるところから菌周病菌が発見されています。肺炎は第3位ですが、肺炎で死亡される方の90%以上は65才以上の老人です。人間は、口から入った食べ物や飲み物を自然に食道に送り込み、間違って気管に入ろうとしたときには咳を出して入るのを防ぐ機能を持っています。しかし、老人はそれらの機能が低下しているため、口の中の細菌を含んだ唾液が、知らず知らずのうちに気管のほうに入り、咳で出せないまま気管支や肺に入ってしまうのです。これを「誤嚥」といい、誤嚥によって肺に細菌が入ることにより起こるのが「誤嚥性肺炎」で、老人がかかる肺炎の多くはこれなのです。また、境界型を含めるとその患者数2000万人といわれる糖尿病ですが、糖尿病が歯周病を悪化させるのは無論のこと、最近では歯周病が糖尿病を悪化させることもわかってきました。さらには、歯周病患者の女性が低体重児出産や早産をする確率は、健康な人の5～7倍あるといわれていますし、胃潰瘍や腎炎、皮膚炎や関節炎、骨粗しょう症にも歯周病菌が関係しているといわれています。

このように口の中にいる細菌は、虫歯や歯周病の原因になるだけではなく、命にかかわる病気の原因になっていることが最近の研究でわかってきました。これらの細菌は唾液の中のたんぱく質や、食べ物の中の糖分を餌にして増え、固まりを作ります。これが歯垢といわれるもので、1mg中に300～700種、数にして1億個以上の細菌を含み、これは大便に匹敵する汚さです。

すなわち、歯を磨くということは歯垢を落とし、口の中の細菌数を減らす作業であり、単に虫歯や歯周病を防ぐだけでなく、多くの病気を予防し、また治療する効果があるのです。口の中を不潔にして命にかかわる病気にならないよう、またおいしく楽しく食べて長生きができるように、しっかり歯磨きをいたしましょう。

Who am I ?



Don't miss our next Vol.

新企画 (自慢の写真)

第三回の正解は

小泉博さん

◎お礼と閉会点鐘

会長 宮本 誠

(今週の担当 関岡 俊二)