

HADANO MEISUI

ROTARY CLUB WEEKLY

例会場 秦野市平沢 2550-1 秦野商工会議所内 TEL(0463)81-1355

事務所 秦野市平沢 2550-1 秦野商工会議所内 TEL(0463)81-1355

例会日 毎週木曜日 12時30分～13時30分

会長 瀬戸 誠 幹事前 肇 会報委員長 鈴木和夫



人類に奉仕するロータリー

2016年～2017年度国際ロータリー会長
ジョン・ジャーム

第1550例会 2017年6月8日(木)(曇)

司会 柳川清紀副幹事

点鐘 瀬戸誠会長

合唱 「我等の生業」(酒井健一さん)

ビジター紹介 特別養護老人ホーム湖

施設長 角田 左武郎様

お誕生記念日 <奥様・ご主人>中西美香子さん(6/8)

会長の時間

○ 読売巨人軍が12連敗中で、球団ワースト記録らしいのですが、私が応援しているヤクルトは12連敗中の巨人より2.5ゲーム差で最下位なんです。よって巨人ファンの皆さんまだ大丈夫ですよ。

因みに連敗記録は、セリーグはやはりヤクルトで16連敗、日本記録はロッテが18連敗とあります。

○ 今日は何の日、「ヴァイキングの日」です。北欧出身の海賊が793年に剣や斧で武装して、イギリスの修道院を襲撃したとあります。日本では平安京の1年前になるわけで、こういう書物が残っているヨーロッパは流石だと思いました。

因みに、レストランというバイキングは日本式で外国ではビュッフェというそうです。では何故バイキング

と広まったのかというと、今年帝国ホテルのインペリアルバイキングサービスというレストランが初めてビュッフェを始め、そのお店の名前のバイキングが広まり今では食べ放題という意味で使われています。

- 会計報告を週報で行っています。①外国コイン寄付事業、②古河東RC合同例会、③秦野名水の日登録料、④緑の募金、そしてスマイルの5年間の実績が添付されていますので、皆様よく見て頂きたいと思います。
- 本日の例会レジメの会長報告に、もう7月16日の次年度の行事が載っています。これから掲載されることもほぼ次年度のことになると思います。寂しい限りですが、1ヶ月を切った今年度も残り頑張ってやりますので、どうぞ皆様よろしくお願い致します。

○ ガバナー事務所より

1. 米山学友会主催「クリーンキャンペーン」のお知らせ

日時：7月16日(日) 11時集合

場所：片瀬江ノ島駅(清掃箇所は片瀬海岸東浜)

会費：3000円

締切：7月8日(金)

2. 2019年 規定審議会決議案承認のお知らせの件

会員数	36名
出席義務	35名
出席数	25名
出席率	69.44%
前々回の修正	—%

メイクアップ	
--------	--

本日のプログラム	6月8日 ○卓話 「特別養護老人ホーム湖」 施設長：角田様
----------	--

次週のプログラム	6月15日 ○クラブ協議会
----------	------------------

幹事報告

【受付文書】

- ①ホテルモントレ横浜より、パーティープランのご案内
- ②グランドホテル神奈中 秦野より、6月インフォメーション
- ③相模原南RCより、2017—2018年度 地区大会親睦ゴルフコンペのご案内
日時：9月8日(金) 7:30～
場所：相模原ゴルフクラブ
参加費：5000円、プレー費：17,000円
締切：7月31日(月)

【例会変更】

《秦野》6月13日(火) →6月10日(土) 震生湖下草刈
に振替
6月27日(火) →夜間例会から通常例会へ

【本日の配布物】

- ①島倉さん5月月例報告、②ガバナー月信6月号
- ③卓話「講演概要」

スマイル報告

- 瀬戸誠さん「多忙な日々が続きます。後一ヶ月ですが、皆様よろしく願います。」
- 前肇さん「本日早退させていただきます。」
- 北村俊和さん「スマイルします。」
- 柳川清紀さん「いよいよ梅雨入りです。憂うつですが、せめて気持ちだけでも明るくいきましょう！なんてね！」
- 木村眞澄さん「梅雨に入りました。スマイル致します。」
- 桐山晃忠さん「いよいよ梅雨に入りましたね！心は晴れにしたいです。」
- 北村まり子さん「寝不足で、今日早退します。」
- 加藤一也さん「スマイルします。」
- 原郁夫さん「梅雨ですが、みなさんの笑顔で白い歯をみせて、曇天を吹きとばしましょう。」
- 原恵美子さん「スマイルします。」
- 東島礼美さん「申し訳ございません。早退致します。」
- 諸星利男さん「スマイルいたします。」
- 諸星常平さん「本日は、角田様ようこそ名水へ。卓話を宜しく願います。」
- 諸星道治さん「5人目の孫誕生にスマイルします。」
- 山本裕宣さん「5/23中栄会のゴルフコンペ箱根仙石ゴルフコースにてベストスコアができました。39-39の78でした。3連覇しました。」
- 山谷洋子さん「スマイルします。」
- 古谷スミ子さん「角田先生の卓話をたのしみにしてお

ります。梅雨をたのしくすごしましょう。」

合計 42,000円

企業人卓話

＜特別養護老人ホーム 湖

施設長 角田 左武郎 様＞

『高齢者の口腔衛生について』



下記の通り要点のみ纏めました。

1. 略歴紹介：諸星利さんからご紹介
2. 概要

- レジメの表題に「高齢者の口腔ケア（口腔機能の維持・管理）」とありますが、口腔ケアと言いますと恐らくお掃除と思いがちなのですが、実際はお掃除だけでなく、口の機能をできるだけ長く維持していきたいという為のケアです。
- 口腔の機能は①食物の摂取・咀嚼・嚥下などをスムーズに行うにはどうしたら良いか、その機能をできるだけ長く維持していくことを考える。②感染予防、これは唾液で、唾液というのは大変重要でして、細菌をやっつける抗菌物質がたくさん含まれています。それと食物を消化するアミラーゼも含まれ、また、食べた食物を包み込んで嚥下し易くします。よって唾液が出なくて口が乾いてくるといろいろな障害が出てきます。これらは生命の維持に重要な役割があるということです。③コミュニケーションです。唾液はしゃべるといっても重要で、口が乾いていると上手くしゃべれません。対人のコミュニケーションが上手くできないのです。このように口の中の維持管理をスムーズにできるように口腔ケアを行います。④無呼吸症候群、鼻が詰まったり喉が腫れたりして口の中から呼吸するわけで、呼吸として生命の維持で重要になります。⑤味覚、舌の上には味覚を司る神経がたくさんあります。そうして味を感じ、食物を摂取・咀嚼・嚥下には大事です。あと口ではありませんが、嗅覚や美味しく感じる感覚も生命維持に大事です。

このように機能の管理は、人としての尊厳の維持をするということで非常に大事で、これが口腔機能の維持管理が大事ということに繋がるわけです。



- ところが歳をとってくるといろいろな問題がでてきます。口腔乾燥→唾液分泌機能が低下すると飲み込みにくくなってきます。そして筋力低下→舌・頬・唇、そして歯がなくなってくると噛まなくなってきた飲み込むだけになってしまい、これは摂食・嚥下機能の低下ということになります。

そして、虫歯・歯周病の進展があります。歯や舌には雑菌が付き易く特に歯には食べ物のカスが付くわけで唾液分泌機能が低下するとこのような弊害が起こります。

更に問題になるのが、病気です。①脳血管障害→麻痺があると食べ方や飲み方に支障が出ます。②認知症、③糖尿病、④骨粗鬆症、⑤寝たきりで筋力の低下などが起こります。

- 厚労省の発表で、H23年から死因順位で1位悪性腫瘍、2位新疾患、3位肺炎となっている。

この肺炎は要介護高齢者の直接的死亡要因の1位で33%です。ところが適切な口腔ケアで肺炎の発症を40%下がることが分かっています。これは凄いことです。

では口腔ケアはどうすればよいのか？歯医者だけではなく、口腔清掃により誤嚥性肺炎の発症が6割以下に減少しました。

- ホーム湖に入所の方の肺炎の既往症と残存歯数を調べたところ、約半数の方に肺炎の既往歴がありました。そして歯の数が20本以上残っている人と、そうでない人の割合は約16%が20本以上残っていました。要するに歯の残数が多ければリスクが低くなるということです。これは自身で物を噛むということで唾液が出て口の中が清掃され、また顎などの筋力の低下も防ぐことが出来るわけです。そして、介護度が上がるにしたがって残存歯数は減少するということになります。
- 厚労省のデータで、残存歯数で転倒が関係しています。歯を失って義歯を使わないと転倒のリスクが

2.5倍に上がります。

また歯数と認知症の関係ですが、歯を失うと認知症のリスクが最大1.9倍になります。これは良く噛めてないのでしょう。

- 纏めとして、残っている歯数が減少すると

- ①転倒のリスクが高まる
- ②認知症のリスクが高まる
- ③肺炎のリスクが高まる

↓

- ④介護度が上がる傾向がある

これらのことを予防するためには

- ①残存歯を大事にする

＊欠損部は修復

＊よく噛んで食べる

- ②口腔内を綺麗にする

＊むし歯・歯周病対策

＊口腔乾燥への対応

口腔ケアで一番は毎食後歯磨きを行うことと、磨いていても磨き残しがあるので定期的に専門医に診てもらうことも大切です。

