

会報

野々市ロータリークラブ



一歩の前進は学び考え扉を開く

ロータリーは機会の扉を開く

第1954回例会 金沢国際ホテル

2020年10月7日(水曜日)

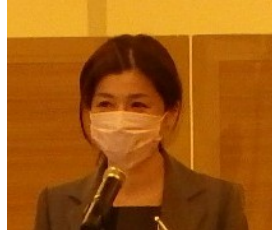
卓話

■卓話

医療法人矢原歯科医院

いとうあきこさま

歯科衛生士 伊藤明子様



本日はこのような機会をいただきありがとうございます。今年初めて人前で話をするので緊張しています。今年石川県でも新型コロナウイルスの感染が広がり4月～6月くらいは防護服で頑張っていました。マスクもシールドも外せない。患者さんに「あんた誰や?」と言われながら仕事をしています。防護服はペラペラですがすごく暑いので今はナイロンのエプロンで仕事をしています。各学会も今年はオンライン開催となっています。石川県に歯学部がないなか、金沢で開催予定であった学会もなくなり残念です。

本日は「歯を磨きましょう」と言わずに進行すると決めました。では日本で歯周病の原因といえはなんでしょう?それは出血の中の鉄分です。歯垢や歯石、歯周病菌がたまると歯茎が炎症をおこし腫れや出血が起こります。この状態が歯周病菌にえさをやっていることになるのです。出血することとは血管が破けるから出血するのであって、歯周病菌はその血管からあつという間に全身に回ります。今は認知症やアルツハイマーの方の脳や生きていらっしゃる方の脊髄液からも見つかっています。その歯周病菌が体の中に巡ってしまうとインシュリンのききが悪くなります。どういうことかという歯周病になると歯の炎症で生じた悪玉ホルモンが血管を通じて全身にまき散らされ血糖値を上昇させ免疫が弱まり悪玉菌が増えさらに歯周病が増えるという体の中で歯周病由来の悪循環が起こるのです。

会長あいさつ

■会長 矢原憲雄様

今日は皆さんに健康のため何かお役に立てればいいかと思ひ、ベテランの歯科衛生士である伊藤明子さんに卓話をお願いいたしました。後ほど詳しい説明もあるかと思いますが、先日テレビを見ていましたら著名な方の職場訪問という番組をやっておりました。そこに歯科の先生もいらっしやいました。ちょうど三連休に濱さんの紹介で山形に行って来ましたがその山形で開業されている先生で、私も昔から先生の公演を聞いたりしていました。診察室で80歳ほどに見える患者様が話をされていたのですが年齢は101歳で全部ご自分の歯です。その先生は細菌に対応した治療法を取り入れていらっしやいます。私のところも予防を中心に歯科医療をやっております。今日の伊藤さんも歯科衛生士です。歯科衛生士はみなさんの口腔環境を整えて細菌の減少を図る。これは歯科に及ばず全身の色々な病気にかかってきます。そういったお話を伊藤さんからして頂こうと思ひます。

ここからはお得情報ですが、糖尿病は大変お金がかかる治療になります。年4回以上の歯科医院での診療で糖尿病に関する医療費が4割減少すると言われております。歯科メンテナンスは今年保険の改正により歯周病がさほど進んでいなくても保険適用となりました。

日々診療にかかわる中で、奥様はインプラントなどをされて歯がガッチリしているのに対しご主人はふらふらの歯の状態になっていることがあります。そのため奥様がご主人の為に柔らかい食事を作っているうちに一緒に血糖値が上がってしまうのをよくみかけます。柔らかい食事は血糖値を上げると皆さんに覚えておいていただきたい。



野々市RC会報

第1954回例会 金沢国際ホテル

2020年10月7日(水曜日)

卓話 (つづき)

す。豆腐は？と聞かれることがあります。血糖値は上がりませんがたいしてたんぱく質もとれません。今の日本人は戦後の食料難の頃と同じぐらいたんぱく質が足りていないと言われています。たんぱく質が不足すると筋肉が低下し前かがみになり足があがらなくなり転倒します。例えば大腿骨を骨折して入院するとします。治ったとしても今度は脊髄が骨折します。このように骨折ドミノが起こってしまうのです。今は骨折で死ぬと言われるほど、骨折・筋力の低下は超高齢化社会を迎えた日本では非常に問題になっています。そして硬いものが噛める状態の歯なのかがとても重要になってきます。

今日は糖尿病の専門医で生まれ変わったら歯科衛生士になりたいとおっしゃっている先生のことを参考にお話しさせていただきました。ご清聴ありがとうございました。

10月 結婚・誕生

■お誕生祝い

中井登喜子様、梅野智恵子様、竹澤 勝志様
上田一治様、濱 順次様



■ご結婚記念

西村信夫様、清水良典様、織部秀一様、下原学様



トピックス

■2020年度ロータリー米山記念奨学会選考 学務委員会委員長 感謝状授与 柳生好春様



委員会報告

■副会長 榎本いずみ様 第二回家庭集会について

今週のお花

お花 アルストロメリア

花言葉 オレンジ・友情

原産地 南アメリカ



《お花ご購入者》

里見安那様、下原学様、西村信夫様、柳川勇人様



野々市RC会報

第1954回例会 金沢国際ホテル

2020年10月7日(水曜日)

ニコニコボックス

- 矢原憲雄 今日卓話は会員の皆様の健康維持の一助になれば良いかなということで歯科衛生士の伊藤明子さんに依頼しました。
伊藤さんご苦労様です。
- 齊藤邦博 伊藤様、卓話どうもありがとうございます。
- 松田真一 伊藤様卓話楽しみにしています。
- 濱 順次 今月50才になります！
第2の人生を謳歌したいと思えます。これからも宜しくお願い致します。
- 本田英夫 伊藤明子様
本日のお話しを我が人生に生かして参りたいと思っております。
有難う。
- 石澤 康 伊藤様 歯は本当に大切ですね。
とても為になる卓話でした。
ありがとうございました。
- 下原 学 幾多の困難を乗り越え早や27年の結婚生活をむかえます。
28年目を目指してがんばります。
- 榎本いずみ 伊藤様、本日は役立つ内容のお話をありがとうございました。
- 中井登喜子 伊藤様 卓話お願い致します。
過日の9/30防災センター、職場例会ありがとうございました。
又、10/25森づくりの方も宜しくお願い致します。

里見安那 歯科衛生士 伊藤明子様
歯は全身の健康にも大きく影響するということ等、色々と学ばせていただきました。
これからお聞きしたことを役立てていきたいと思えます。
ありがとうございました。

上田一治、清水良典、山口武、柳川勇人、
西村信夫、宮森恒成、本村幸宏、木戸喜美夫
剛野哲也、梅野智恵子

計20件 合計36,000円 (お花代込み)

2020-2021年度累計 463,800円

【今後の例会プログラム】

- 10/14 会員卓話 柳生好春様
- 10/21 クラブフォーラム
- 10/25 水源の森づくり (10/28と入替)
- 11/4 米山奨学生卓話 レーティ・アイン様
- 11/11 卓話 陶芸家 山近 泰 様

■ 野々市ロータリークラブ事務局 ■

〒921-8821 石川県野々市市白山町8-15 (公社)野々市市シルバー人材センター2F
TEL(076)294-1232 FAX(076)294-1522 Mail : jimuno@nonoichi-rc.jp