



Rotary Weekly



広島空港ロータリークラブ週報

2022年9月14日発行

会長 河井一郎 / 副会長 小島勘次 / 幹事 谷本佳弘 / SAA 兼田昌紀

事務局 三原市本郷南6丁目3-26番地 三原臨空商工会 2階

TEL 0848-86-0986 ・ FAX 0848-86-0992 ・ E-mail h.kukorc@vega.ocn.ne.jp

例会会場 広島エアポートホテル TEL 0848-60-8111

2022-23年度

国際ロータリーテーマ

9月 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30
例会 公式訪問 休会 例会

本日のプログラム (9月14日)

石川良興ガバナー公式訪問

次のプログラム (9月28日)

澤井一徳 会員「頭の体操」

第1239回 2022年9月7日 例会記録

点 鐘 河井会長

国歌斉唱 ロータリーソング「四つのテスト」

出席報告

	会員数 シニア会員	出席者	メイク	欠席 (免除)	出席率
本日 (9/7)	27 1	14 0	2	6 5	72.72
メイク	小島・谷本佳弘				

食事時間

MENU

オニオンブランチのトマトファルシーと
 キャロットピュレのサラダ仕立て
 バジルのソースとフレッシュドレッシング
 フランス田舎風スープ ガルピュール
 じっくり4日間煮込んだ自家製デミグラスソースと
 ボークヒレ肉のカツレツ ハヤシライススタイル
 コーヒー又は紅茶



会長から一言



先週のプレ公式訪問では大変お疲れ様でした。吉田ガバナー補佐、松井随幹事が気さくな方で緊張していた私としてはとても助かりました。

本日は、佐々木会員による「がん予防 歯科医の立場から」のお話を頂きます。ガバナー信条に関係する卓話を頂けるという事で佐々木会員には感謝いたします。来週はいよいよガバナー公式訪問となりますので皆さん、どうぞよろしくお祈りします。

私事で恐縮ですが年齢50前になると体に変化が現れてきました。まさしくガバナー信条である生活習慣病であります。がんや生活習慣病の予防を信条とする石川ガバナー年度と私の体調不良が重なるのも何かのご縁かと感じ、今後も改善に取り組んでいきたいと考えます。

幹事報告

代理 鶴田幸彦副幹事

《配布物》週報1238号・ロータリーの友9月号
ガバナー月信9月号

《回覧》例会出欠確認・地区大会最終出欠確認
RYLA案内文・世界ポリオデー案内
三原・因島・尾道東RC例会変更

《お知らせ》例会終了後9月定例理事会を開催します。

卓 話 時 間



がん予防推進委員会
佐々木委員長

「がん予防 歯科医の立場から」

がん予防推進委員会の委員長の佐々木です。歯科医の立場から、がん予防の話をさせてください。

田原栄一パストガバナーより3か年計画を立てていただき、当クラブも本郷中央病院を中心にがん検診を進めましたが、西日本豪雨、コロナの影響で、少し頓挫していたように思います。よい機会ですので、これを機に家族、従業員の方も含め、がん検診を受けてみましょう。会長の話にもありましたが健康について考えましょう。



地区研修協議会の分科会（奉仕プロジェクト部門）で周南公立大学高田隆学長が、がん予防の話をされましたのでご紹介させていただきます。

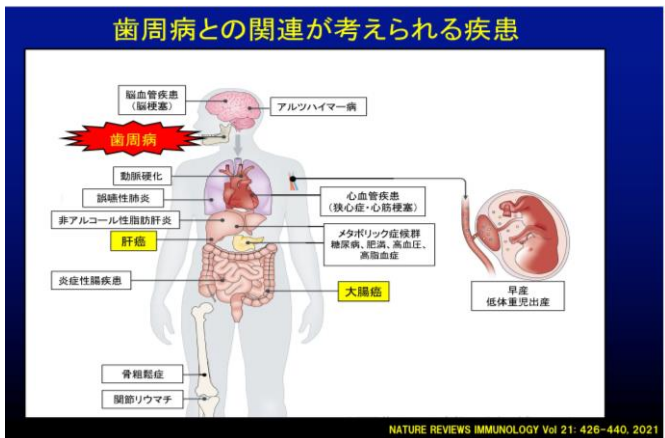
高田 隆氏

2022年4月 周南公立大学理事長兼学長。

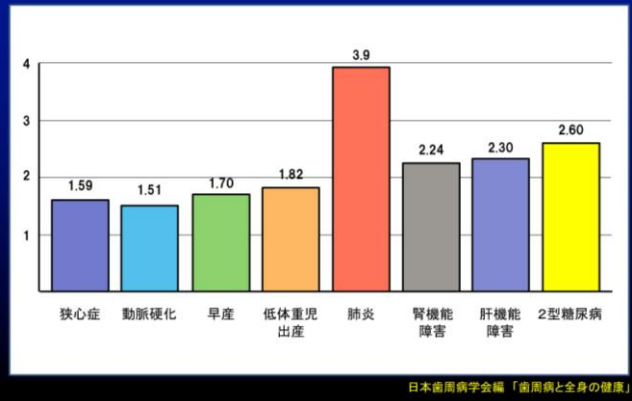
元徳山大学学長。元広島大学理事・副学長。

日本臨床口腔病理学会理事長。

歯周組織再生や口腔癌の研究等で知られる。



歯周病によって高まる疾患のリスク倍率



Rotary

がん予防“新12か条”

- 1 たばこは吸わない
- 2 他人のたばこの煙をできるだけ避ける
- 3 お酒はほどほどに
- 4 バランスのとれた食生活
- 5 塩辛い食品は控えめに
- 6 野菜や果物は不足にならないように
- 7 適度に運動
- 8 適切な体重維持
- 9 ウイルスや細菌の感染予防と治療
- 10 定期的ながん検診を受ける
- 11 身体の異常に気付いたら、すぐに受診
- 12 正しいがん情報でがんを知る

+ 口腔・歯の健康維持

ロータリー がん予防

で検索していただければ、2710 地区のがん予防推進委員会資料が出てきますのでまたご覧ください。

歯科医院に健診に行きましょう

歯周病菌が、血流にのって全身の様々な場所で見つかっています。歯科医院に行って口の中をきれいにしていきましょう。この10年ぐらいで歯周病のメンテナンスも保険導入されていますのでご安心ください。

歯科衛生士の活躍により、白い歯以外に赤い粘膜、舌も診察する機会が増え、口の中のがんの発見も多くなってきています。

保険診療でも、チーム一丸となってメンテナンスの必要性を語ります。痛くなってから、行って、はめ込んだら終わり。では、持続可能な口腔内の実現は無理です。美容院、医科の先生を見習って、1, 2, 3 か月ごとの予約を取っています。どういう風に習慣づけるかだと思っています。身の回りの方にもよろしくお伝えください。

