

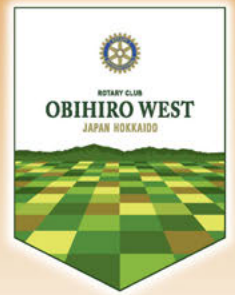
ロータリー  
変化をもたらす

# 帯広西ロータリークラブ

# 会報

第2204回例会

2017.11.16



■RI第2500地区テーマ■

今こそ行動を！  
 ークラブが元気になるために  
 地区が元気であるために  
 そして 私たちの未来のためにー



■クラブ・テーマ■

積極的に奉仕し、成長しよう

## 会長報告

石原英樹 会長

皆さんこんにちは。今回の会長報告は、財団月間に寄せてRIイアン・ライズリー会長からのメッセージをご披露致します。



ロータリアンの皆さまへ

晩秋の候、皆さまにおかれましては益々ご清祥のことと拝察いたします。

11月は「ロータリー財団月間」です。財団のこれまでの功績を振り返るだけでなく、今現在の活動状況、今後の活動内容について思いをめぐらせるのに最適なときでもあります。

前ロータリー年度では、合計3億400万ドルの寄付（年次基金：1億4000万ドル、恒久基金：2800万ドル、ポリオプラス基金：1億800万ドル）がロータリー財団に寄せられました。このご寄付は、今日のロータリーの活動を支え、明日のロータリーを強化し、「世界でよいこと」をするために生かされています。財団はまた、494件の地区補助金、1,260件のグローバル補助金を承認し、これらをあわせた資金は1億1100万ドルに上りました。

ご存知の通り、ポリオ撲滅はロータリーとロータリー財団の最優先事項です。これまでになかった新しい支援が得られ、ポリオの発症数が史上最少となった今年は、ポリオ撲滅活動の中でも歴史的な1年となりました。アトランタ国際大会で発表された通り、ビル&メリンダ・ゲイツ財団はロータリーが集める資金に対し2倍の上乗せを継

続して行きます（上乗せの対象は年間5000万ドルまで、3年間継続）。毎年5000万ドルの寄付を達成できれば、ゲイツ財団から1億ドルの上乗せが得られ、合計で実に1億5000万ドルの寄付となります。この上乗せが3年間継続するのです。さらに、アトランタ国際大会では各国政府や主要な寄付者から、合計で10億ドル以上のポリオ撲滅への寄付が約束されました。

アトランタ国際大会のおかげで2017-18年度を景気よくスタートすることができました。年度が始まってからも、ロータリアンはポリオ撲滅という私たちの約束を果たすために募金活動に奔走しているだけでなく、ポリオ撲滅の重要性を一般の人たちに訴え続けています。10月24日に行なわれた第5回世界ポリオデー特別イベントも大成功に終わりました。このイベントは、シアトルのビル&メリンダ・ゲイツ財団本部で開催され、ライブ中継されました。実に149,000人がライブ中継を視聴し、この数はこれまでで最多です。イベントには、ディーン・ローズ副会長がロータリーを代表して参加しました。さらに、世界各地で3,428件の世界ポリオデーにちなんだイベントが開催されました。特別イベントの録画はこちらからご覧ください。

2016年に野生型ポリオウイルスでまひとなった子どもは37人でしたが、2017年の今日現在、この数字は14人となっています。これはつまり、限りなく「ゼロ」に近づいていることを意味しています。最新情報は、世界ポリオ撲滅推進活動（GPEI）のウェブサイトからご覧ください。



会長 石原 英樹  
幹事 萱場 誠一

副会長 佐々木嘉晃  
副会長 小谷 典之

会場監督理事 立崎 貴之  
プログラム委員理事 北川 勝啓

発行：広報委員会  
委員長 柳沢 一元 (副)河西 智子



例会日/木曜日 12時30分～13時30分 例会場/北海道ホテル 帯広市西7条南19丁目1 (TEL 21-0001)  
 創立/1972年2月24日 事務局/帯広経済センタービル4階 TEL 25-7347 (直通) FAX 28-6033

今こそポリオを撲滅するだけでなく、独立委員会により撲滅が認定されるまで、できることすべてを行う必要があることを忘れてはなりません。撲滅の認定には、最後に野生型ポリオウイルスが発見されてから3年を要します。これはつまり、この3年間の間に、子どもだけでなく、水の供給システムやその他の場所からポリオウイルスが全く発見されない状態を意味します。これが達成できてはじめて、ロータリーとロータリー財団による最も素晴らしい達成、ポリオの終焉を祝うこと

ができるのです。

心を込めて

2017-18年度国際ロータリー会長

イアン・ライズリー

2017-18年度財団管理委員長

ポール A. ネットエル

以上、会長報告と致します。

## 会務報告

萱場誠一 幹事

①帯広RC、11月22日(水)の例会は、休会と致します。

帯広西RC、11月23日(木)の例会は、祝日のため休会と致します。

②帯広南RC、夜間例会開催のご案内

日時 11月27日(月)午後6時30分

場所 北海道ホテル

③帯広西RC、夜間移動例会のご案内

日時 11月30日(木)午後6時30分

(石川屋ビル5Fシャレード集合)

場所 北の屋台

※シャレードで例会セレモニーをしてから北の屋台へ移動します

④帯広西RC、年次総会のご案内

日時 12月7日(木)午後0時30分(例会時)

場所 北海道ホテル

⑤帯広西RC、年末家族会開催のご案内

日時 12月14日(木)

午後6時受付開始(6時30分例会)

場所 北海道ホテル



## ●親睦活動委員会

西藤博行 委員長

12月14日 年末家族会のご案内

ハンドベル、また帯広自衛隊退職のサクソ奏者佐藤さんによるスタンダードからバラード、演歌と幅広い演奏があります。また、小さなお子様のために子供縁日で、くじや駄菓子など楽しい企画を練っております。お楽しみにしてください。

多くのご家族と共にご参加下さいますようお願い申し上げます。



## ●プログラム委員会

北川勝啓 委員長

11月30日 夜間移動例会のご案内  
北の屋台

テーマ「出会いがあるかも北の屋台」  
月末にも関わらず57名の参加予定ありがとうございます。到着順にくじを引き、15店舗約4名ずつ分かれて楽しんで頂きます。2次会は、セレモニー会場で使わせていただくシャレードです。参加される方は宜しくお願い致します。



## ●ニコニコ献金

親睦活動委員会 平田宗利 会員

佐々木嘉晃 副会長

健康増進委員会で卓話をさせていただきます。宜しくお願い致します。

鎌田 裕樹 会員

先週の土曜日に、長男が無事結婚式を挙げました。



## 委員会報告

### ●ロータリー財団委員会

鎌田裕樹 副委員長

ポール・ハリス・フェローのバッジの授与。

久保 且佳 会員

佐々木和彦 会員

堂山 啓太 会員

谷脇 正人 会員

本田美喜男 会員



ニコニコ 献金	11月16日	4,000円
	累計	299,015円 (11月16日現在)



昨今、お口の中の健康状態が、全身の疾患に深く関わりがあるという事がわかって参りましたので、ご専門の佐々木先生にお話をさせて頂くことに致しました。佐々木先生宜しくお願ひ致します。



## 「歯周病と全身疾患」

佐々木嘉晃 副会長



こんにちは。今日は健康増進委員会の担当例会ですが、佐々木が歯周病と全身疾患の題目で話をさせていただきます。歯周病は歯槽膿漏とも呼ばれています。また、最近はテレビなどのマスコミで、歯周病と全身の病気と関係があると見たことがあると思います。

歯周病はお口の中だけの事と思っている方も多いと思いますが、案外色々なことに影響を与えます。5年程前まではそのようなことはわかっておりませんでした。最近わかってきたこととお話しします。ただ全身疾患は様々な原因で起きるので、お口の中の事が原因の全てではないと思って頂ければ幸いです。

まずは、歯周病とはどのようなものを説明します。自分の口の中を思い出しながら聞いてください。

症状としては、歯ブラシをした際に歯ぐきからの出血、歯ぐきの腫れ、発赤、歯石の沈着、咬んだ際の痛み、より症状が進行した際には歯牙の動揺、もっと進んだ場合には歯が抜けてしまう場合があります。歯周病は歯ブラシがうまくいかず、歯垢（磨き残し）が残り、歯垢の中に居る口腔内細菌が原因です。口の中にいる細菌は600~700種類いるといわれ、数は多くて100億個の細菌がいると言われていています。また、口腔内細菌は大きく分けて2つのグループに分けられます。一つは空気がないと発育できない細菌。もう一つは空気のないところで発育する細菌があります。虫歯を作る細菌は空気がないと増殖できない細菌で、歯周病を起こす細菌は空気のない所で増殖する細菌です。

歯と歯ぐきの境目から歯側についた口腔内細菌は虫歯を作る原因の細菌です。また、歯ぐきの下（歯周ポケット内）の細菌が歯周病の原因となります。歯垢は歯ブラシ、歯間ブラシ、フロスなどで取るのですが、歯周ポケット内の歯垢を取るのは限界があります。

その残った歯垢（口腔内細菌）が毒素を出し、また、細菌自体が血管内に入り全身に流れていき、歯周病のみではなく、全身疾患の原因となっていることが最近わかってきました。アルツハイマー、肥満、糖尿病、狭心症、脳梗塞、動脈硬化、脂肪肝などです。



歯周病菌が全身に拡散！



アルツハイマーとの関係は、歯周病菌が歯周ポケット内で酪酸というものを出し、その酪酸が血液中に入り、脳に入り、脳細胞を壊しアルツハイマーを起こしていることがわかりました。また、九州大学からは歯周病に感染させたマウスと歯周病ではないマウスの脳内を調べた所、アルツハイマーの原因とされるアミロイドβの量が増加していました。ただ、若いマウスを使い同じ実験を行った所、アミロイドβは増えていませんでした。歯周病とアミロイドβとの関係には老化も関係しているようです。

糖尿病との関係は、糖분을摂取すると血糖値が上がらないように、すい臓からインスリンが出るのですが、歯ぐきの炎症によりTNF-αが出て、インスリンの働きを妨げます。そのために高血糖になり糖尿病となります。糖尿病になると体の抵抗力が低くなり、歯周病が増悪し、歯周病が悪くなるとTNF-αが増え、糖尿病が悪くなります。歯周病の治療を行うと、ヘモグロビンA1Cの値も下がった方もいます。

動脈硬化の関係では、歯周病に感染しているマウスと感染していないマウスに高脂質の餌をあたえてところ、歯周病に感染しているラットは動脈硬化になるのが早く、歯周病に完成位していないラットは動脈硬化になるのが遅かったそうです。

動脈硬化、狭心症、脳梗塞、ですが、歯周病菌が歯周ポケット内の血管から入り、血管の内壁にアテローム（コレストロームなどが取り込まれて作られたこぶ）内に歯周病が見つかることがあり、このコブが剥がれて血流で流れ心臓、脳などで詰まることがあります。

肥満との関係では、歯周病菌に付着している炎症物質（LPS）をラットに注入し、高脂質の餌を与えると、体重が増加し肥満になりました。

肺炎による死亡ですが、死亡原因では3位で年間12万人ほどいて、95%が65歳以上の高齢者です。間違って食べ物や飲み物が肺に入り誤嚥性肺炎を起こすことがあります。また、知らず知らずの内に、口の中の細菌が肺の中に入り不顕性誤嚥を起こすことがあります。高齢になると自分で歯ブラシが出来にくくなり、歯垢が増え

ます。少しでも歯垢を少なくなるように、歯ブラシ等を周りの人が行い、少しでもきれいにしてください。口腔内清掃を行っている、肺炎、発熱のリスクが下がります。

口腔内の清掃には、歯ブラシ、歯間ブラシ、フロスなどを使い毎日少なくとも朝晩、できれば昼にも行ってください。磨き残しが出来やすいのは、歯と歯の間、歯ぐきの境目、奥歯です。入れ歯を入れている場合には、歯ぐき側と部分入れ歯では、留め金の汚れをきれいに清掃してください。

最後に、自分で歯ブラシができる方では、しっかりした歯みがき。歯科医院での歯周病、虫歯治療。定期的な歯科医院でのメンテナンス。全身疾患の場合には医科医療機関での早期受診。健康でまた、自分の歯で食事ができるようにしていただきたいと思います。

