

三條南ロータリークラブ週報

Sanjo Minami Rotary Club



会長挨拶

三條南ロータリークラブ 会長

丸山 征夫

**自分に奉仕、
周りに奉仕。**

今日はお忙しいところ市内の老人介護施設の方々にご足労いただき有難うございます。

私ごとですが、うちの両親も生前サービスやお泊りで当時は大変お世話になりました。両親は幸い痴呆症にはなりませんでしたが、軽い認知症で色々お手数をお掛けしたことと思います。

私もそろそろ近づいてきていますが、もう少し頑張ろうかなと思っています。しかし、気持ちだけはあっても物忘れも多く、実際のところ車の運転でも日々トロくなってきているようです。息子は私の運転する車に乗りたがりません。ついこの前、免許証の更新をしてこれから3年間有効ですが、いつ頃返上することになるか、人様に迷惑を掛けない内にしなければなりません。

さて本日は、私ども三條南ロータリークラブから市内の介護施設への義歯の超音波洗浄器の贈呈を行います。その後、使用説明、口腔ケアの講習会を歯科医師である渡辺和宏社会奉仕委員長から実施していただきます。

使用説明のために当クラブのメンバーの誰から義歯を外してもらおうかなと心配していましたが、どうやら必要がないらしいので安堵しました。

ついでに言わせてもらいますが、私は義歯がありません。頭と違って歯は良いのです。戦後で食べ物もそう満足でなく、味噌汁に入っていたホシコやサンマやイワシの骨も食べた理由だと思っています。その代り歯が少し前に出てしまいました。ではこれでお話は終わります

出席率

会員51名中32名

先々週の出席率

91.49% (11/21)

ゲスト

特別養護老人ホーム

いっぴく

徳間英起様

瀧澤栄輔様

うらだての里

金川 保様

小崎亜矢子様

おおじまの里

原 優子様

植木知子様

つかのめの里

村山裕子様

菅原英樹様

さかえの里

高橋一夫様

山岸麗湖様

第二さかえの里

坂井政義様

片野芳子様

長和園

木村善行様

鈴木宏和様

ビジター

三條東RCより

栗山正男君

先週のメイクアップ

12/8 市内特別支援学級児童生徒の「ウィンターフェスティバル」へ

丸山征夫君

四つのテスト

一言行はこれに照らしてから

I 真実かどうか

II みんなに公平か

III 好意と友情を深めるか

IV みんなのためになるか どうか



ROTARY
SERVING
HUMANITY

人類に奉仕するロータリー

—2016-17年度国際ロータリーのテーマ—

国際ロータリー会長 ジョンF. ジャーム [アメリカ]
第2560地区ガバナー 田中 政春 [長岡西]
第4分区ガバナー補佐 森山 一理 [加茂]
会長 丸山 征夫
幹事 谷 晴夫
S A A 木村 讓

事務局

〒955-8666 三條市旭町2-5-10

三條信用金庫 本店内

TEL 0256-35-3477 FAX 0256-32-7095

E-mail info@sanjo-minami.jp

URL http://www.sanjo-minami.jp

ニコニコボックス

NIKO-NIKO BOX

～12月12日 11,000円
今年度累計 284,000円～

丸山(征)君 三条市内特別養護老人ホーム
施設の皆様 ようこそ三条南ロータリー
クラブへいらっしゃいました。
当クラブでは いろんなことをやっている
のか見ていって下さい。

谷 君 本日は、南ロータリークラブの社会奉
仕事業に、特別養護老人ホームの
施設長様、ご担当者様、お忙しい中
ようこそいらっしゃいました。
御礼申し上げます。

鈴木(囀)君 関係各位様 本日の贈呈式にご出席
ありがとうございました。

西 潟 君 渡辺和宏さん、卓話を楽しみにして
います。

渡邊(久)君 遅刻してすみません。

**坂本君、佐々木君、佐藤(秀)君、
田代君、銅冶君**

BOXに協力いたします。

星 野 君 BOXにご協力ありがとうございます。

超音波洗浄器 贈呈式



渡辺 和宏 社会奉仕委員長

本日は社会奉仕委員会の事業といたしまして、三条市内の7つの特養の皆様をお迎えし、主に義歯や歯ブラシを洗浄するための「超音波洗浄器」の贈呈式を行います。

本来は、財団からの助成金申請での事業の予定でしたが、残念ながら不採択となってしまいましたので、今回は会員皆様の温かいご支援のもと、南ロータリークラブ独自の事業となりました。

折しも、今月は「疾病予防と治療月間」ということで、「口腔ケアと誤嚥性肺炎」についてのお話を絡めながら、超音波洗浄器の使用意義について、後程説明したいと思います。本日はよろしくお願いいたします。

2016～17年度 三条南ロータリークラブ社会奉仕委員会事業

事業名:

三条市内の7つの介護老人福祉施設(特別養護老人ホーム)へ超音波洗浄器を寄贈し、その使用目的と使用方法についての講習会の開催。

主 旨:

超音波洗浄器を用いて、義歯(入れ歯)や歯ブラシ(口腔内用、義歯用)などの口腔ケア用品を洗浄、消毒することにより、身体機能が低下した高齢者に起こりやすい「誤嚥性肺炎」を予防する。

事業内容:

近年、口腔内の状態が全身の健康に影響を及ぼすことがわかってきた。なかでも、摂食嚥下機能が低下している高齢者において頻発する「誤嚥性肺炎」に対し、口腔衛生の改善と保持を目標とした「口腔ケア」は、そのリスクを減らす効果を持っていることが実証されている。

すなわち、歯ブラシなどの口腔内用の清掃用具を用いて、歯牙や口腔粘膜、舌などの汚れを除去することや、義歯(入れ歯)の清掃、消毒などの手入れをすることで、「誤嚥性肺炎」の発生を減らすことができると考える。

従って、その際に使用する歯ブラシ(口腔内用、義歯用)や義歯(入れ歯)自体を「超音波洗浄器」を用いて洗浄・消毒し、より清潔に保ちながら使用することは非常に重要な意義があり、またそのことが「健康寿命の延伸」を図る上で非常に役立つものと考えます。

寄贈品: 共和医理科株式会社 超音波洗浄器 KS-140N 一式

寄贈先:

- | | |
|--------------------|-----------------|
| 社会福祉法人しただ福祉会 | |
| ○特別養護老人ホーム いっぷく | 三条市庭月 630-4 |
| 社会福祉法人県央福祉会 | |
| ○特別養護老人ホーム うらだての里 | 三条市東裏館 3-6-58 |
| ○特別養護老人ホーム おおじまの里 | 三条市大島 3783-1 |
| ○特別養護老人ホーム つかのめの里 | 三条市塚野目 2380-2 |
| 社会福祉法人さかえ福祉会 | |
| ○特別養護老人ホーム さかえの里 | 三条市福島新田丁 1481-1 |
| ○特別養護老人ホーム 第二さかえの里 | 三条市福島新田丙 480 |
| 社会福祉法人恩賜財団済生会 | |
| ○特別養護老人ホーム 長和園 | 三条市大野畑 6-81 |



超音波洗浄器
KS-140N



いっづく施設長
徳間 英起 様

うらだての里施設長
金川 保 様



長和園施設長
木村 善行 様

さかえの里施設長
高橋 一夫 様

卓話 「疾病予防と治療月間」

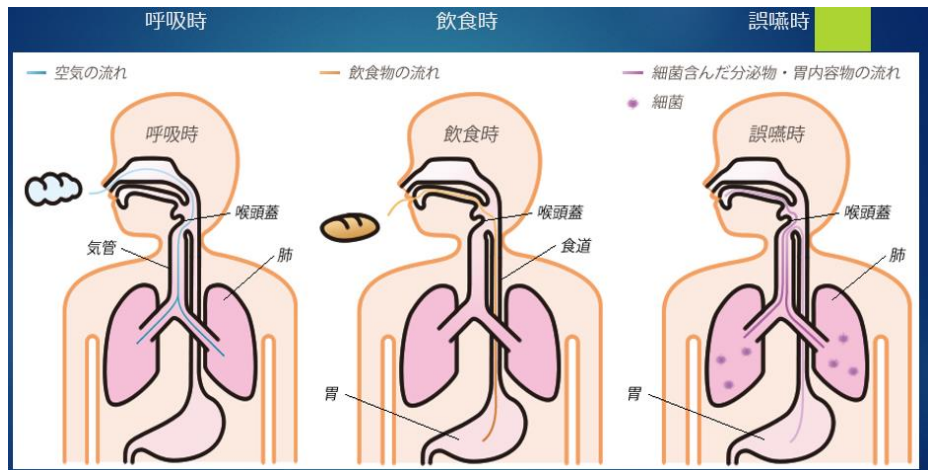
三条南ロータリークラブ 社会奉仕事業

「超音波洗浄器贈呈式及び口腔ケア講習」

渡辺 和宏 社会奉仕委員長

「誤嚥性肺炎」とは・・・

- 肺炎は日本人の死因の中で、ガン、心疾患、脳血管疾患などに次ぐもので、ここ数年は脳血管疾患よりも多くなってきている。
- 高齢者の肺炎の7割以上が、「誤嚥性肺炎」であるといわれている。
- 「誤嚥」とは、食べものや飲みものを飲み込む「嚥下」という動作が正常に働かず、通常は食道から胃へと送られるところ、誤って気管や気管支内に、飲食物や唾液、胃液などが入ることをいう。
- この時、飲食物や唾液に含まれる細菌（主に歯周病の原因菌）が肺まで入り込んで、炎症が起きてしまうのが「誤嚥性肺炎」である。
- 「誤嚥性肺炎」は、脳血管障害や認知症などにより、摂食嚥下障害の高齢要介護者に多い。
- 「誤嚥」は、起きて食事をしている時に加えて、睡眠中、無意識のうちに唾液が気道に流れ込み、「咳き込み」や「むせ」などの自覚症状がない状態でも起きる（不顕性誤嚥）。
- 高齢者は、物をうまく飲み込むための「嚥下反射」と、物が気管



に誤って入った時にそれを喀出する「咳反射」が低下しているため、夜間に「不顕性誤嚥」を起こしやすい。

- 不顕性誤嚥の量が多かったり、嚥下物内の細菌量が多い時、また体力や精神力が消耗し、全身の免疫機能が低下した時に肺炎を発症する。
- このような原因から起こる「誤嚥性肺炎」は、再発を繰り返すという特徴があり、そのうちに耐性菌が発生し、抗菌薬が効きにくくなってしまふ恐ろしい病気である。



「誤嚥性肺炎」の予防には「口腔ケア」が重要！

- 誤嚥が起きた時に、少しでも肺炎のリスクを下げるために重要なのが「口腔ケア」。
口腔清掃が不十分で、むし歯や歯周病が放置されていたり、義歯（入れ歯）の洗浄などのお手入れが十分でないと、口腔内の細菌が増殖して、誤嚥した時に肺炎が起こりやすい。

「口腔ケア」では・・・

- ブラッシングや義歯（入れ歯）の洗浄に加え、口の渇きや、舌苔の付着予防のために、舌と粘膜の清掃が重要。
- 嚥下機能を回復させるような運動（首や肩、頬、口まわりの筋肉のほぐしと適度な運動、口の開閉、舌の運動、咳払いなど）も合わせて行う。



「口腔ケア」は・・・

- 意識障害や重度の嚥下障害などで、経管栄養となり、口から物を食べていない方ほど、口腔ケアが必要！ 咀嚼していないので唾液の分泌が低下し、その結果、唾液による自浄作用が著しく低下するため、放置しておくと細菌の繁殖がどんどん進み、口腔内はとても不潔な状態になっていく。



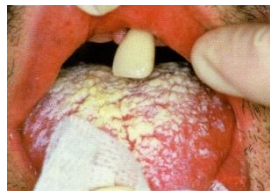
下顎臼歯部の歯垢付着



食道期障害患者の口腔内



義歯の付着物



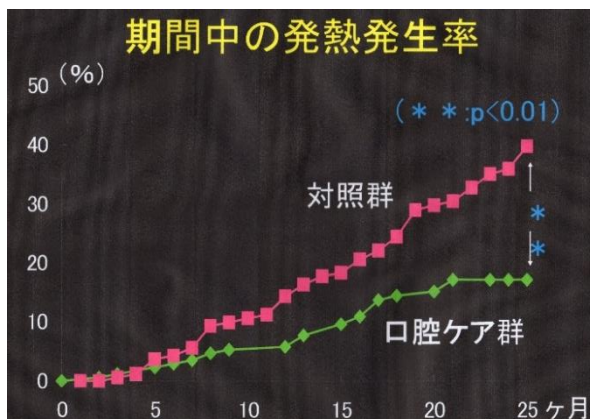
舌苔



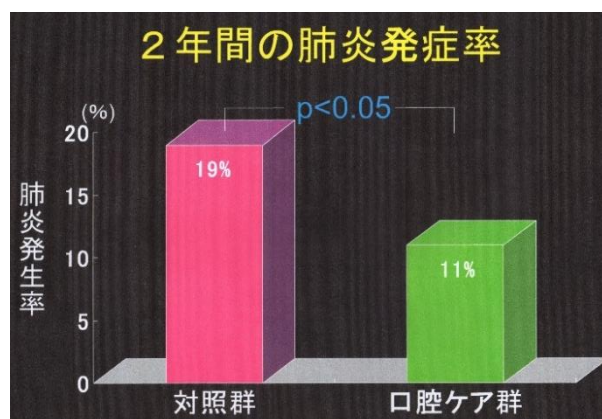
口蓋の新生交代が行われない上皮残渣

「口腔ケア」をすると・・・

- 唾液の分泌量が増え、消化機能が改善される。
- おいしく食事が行えると、体の状態もよくなり、咀嚼することで脳の働きも良くなる。
- 唾液の分泌量が増えると、抗菌作用が向上して免疫機能がアップする。
- インフルエンザやノロウィルスなどの感染症の予防にも効果がある。



要介護高齢者に対する口腔衛生の誤嚥性肺炎予防効果に関する研究：
米山武義、吉田光由他 日歯医学会誌 2001

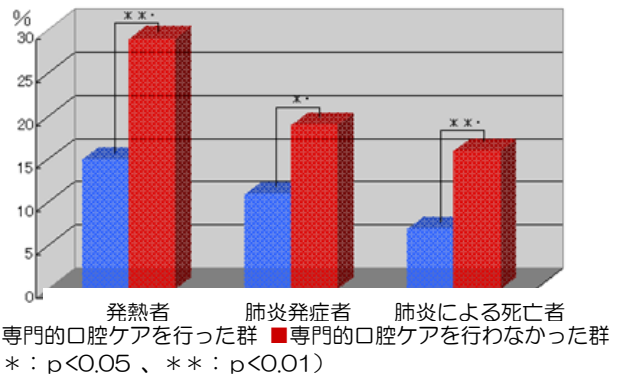


Yoneyama T, Yoshida Y, Matsui T, Sakaki H : Lancet 354(9177), 515, 1999

さらに歯科医師、歯科衛生士による

「専門的な口腔ケア」を行うと・・・

- 専門的な口腔ケアを行った群では、行わなかった群に比べて、細菌の数は5か月後には当初の1/10に減少。また発熱者は14%、肺炎発症者8%、肺炎による死亡者は9%少ないという結果が得られた。



「口腔ケア」・「口腔リハビリ」の

具体的な方法について

- 神奈川県開業 黒岩恭子先生著
「口腔ケア専用ブラシを使用した口腔ケア・口腔リハビリ方法」
- 三条市歯科医師会内
在宅歯科医療連携室 (☎46-0815) に、
「口腔ケア」研修について歯科衛生士の講師派遣依頼を！(無料)



「超音波洗浄器」について

理想的な義歯(入れ歯)の清掃方法

- ① まず、大まかな汚れを流水下で義歯用ブラシを用いて落とします。
- ② 次に、真水を入れたコップなどのガラスの容器に義歯(入れ歯)を入れて、「超音波洗浄器」に15分程度かけます。
- ③ 仕上げに、浮き上がった汚れを、義歯用の歯磨剤(研磨剤無配合のもの)をつけて、こまめにブラッシングします。
- ④ 以上を食事ごとの1日3回行う。
- ⑤ 夜間就寝時にはこれに加えて、ブラシで落とすきれない細菌や真菌、臭いをしっかりとるため、※「義歯洗浄剤」に一晩浸け置きをします。



※顆粒タイプの義歯洗浄剤のご紹介

「LION デント・エラック義歯洗浄剤」



■ 活性酸素とタンパク分解酵素のダブルパワー 優れた洗浄・除菌・消臭力

- 活性酸素とタンパク分解酵素のダブルパワーで、義歯の着色汚れやデンチャーブラークを除去し、義歯特有の臭いを消臭します。また、「カンジダ菌」、「フソバクテリウム」等の真菌や細菌をしっかりと除菌して、義歯性口内炎や口臭の発生を防ぎます。
 - 顆粒タイプなので、素早く洗浄力を発揮します。
- | 除菌力 (15分後) | 除去率 |
|-------------------------------------|--------|
| Candida albicans (義歯性口内炎原因菌) | 99.99% |
| Fusobacterium nucleatum (口臭原因菌) | 99.99% |
| Streptococcus mutans (デンチャーブラーク構成菌) | 99.99% |

■ 金属保護成分と顆粒のやさしさ 極めて低い義歯材料への為害性

- 金属保護成分と義歯への為害性を抑えた洗浄成分を配合。レジン、金属、軟質材等多様な義歯材料の着色が極めて少ない組成です。
 - 義歯用金属に対する影響(洗浄前後での色差)
- | 材料 | 洗浄前 | 洗浄後 |
|-----------|-----|-----|
| 総合金 | 1.5 | 0.5 |
| 金銀パラジウム | 1.5 | 0.5 |
| ニッケルクロム合金 | 1.5 | 0.5 |
| チタン | 1.5 | 0.5 |

■ 使いやすさの追求 計量キャップつきボトル

- 傾けるだけで1回分が出てくる計量キャップ付きなので、ささっと簡単に注げます。
- 錠剤のようにアルミ包装から取り出す手間がなく片手でも使えるので、指先の細かい動きが苦手な高齢者や片麻痺の方にも、お薦めいただけます。

口腔内用の歯ブラシや義歯ブラシの洗浄にも・・・

- 口腔内で使用した、歯ブラシや歯間ブラシ、舌ブラシなども、流水下で大まかに洗ったあとで、消毒等が入ったガラス容器の中に入れて、「超音波洗浄器」にかけるとより効果的です。



まとめ

- 誤嚥性肺炎は脳血管障害の既往のあるADLの低下した高齢者で発症する可能性が高い。
- 誤嚥性肺炎は、介護者等による日々の一般的な口腔ケアに加え、歯科医師・歯科衛生士による専門的口腔ケアにより、予防効果が発現する。
- 口腔ケアを始めてから、施設入所者の顔が目に見えて明るくなったという現場からの報告があることから、まさに口腔ケアは「介護の質を如実に表すバロメーター」とも言える。



GOVERNOR'S MONTHLY LETTER

2016-2017 Rotary International District 2560



ガバナー月信
2016.12.01

Vol. **6**

認識を新たにする



国際ロータリー第2560地区
2016-17 年度ガバナー
田中 政春 (長岡西RC)

朝晩の冷え込みとともに、山沿いでは初雪の便りも届き始める頃となりました。師走を迎え、皆さまいかがお過ごしでしょうか。
先月 11 月 5 日、6 日に曾我隆一 RI 会長代理ご夫妻をお迎えして開催致しました今年度地区大会は、おかげ様で大勢の皆さまのご協力のもと、無事に終了することができました。あらためまして、皆さまに心より厚く御礼申し上げます。

また、地区大会では、多くのロータリアンが新たなネットワークを広げ、1年間の活動成果の報告、そして曾我RI会長代理はじめ、ご講演賜りましたRI第2800地区 池田PG、慶応義塾大学教授 片山先生の感銘深いお話に、ロータリーの奉仕活動への意欲を掻き立てられたと思います。参加されたロータリアンの皆さまにとって、「誰とでも仲良くし、約束を守り、多様な考えを許容し、リーダーシップを発揮して地域や国際的問題に関与する」と決意した地区大会であったのならば幸いです。

さて、12月は「疾病予防と治療月間」です。皆さまが地元のニーズに応じた活動を行っている一方で、ロータリーは世界全体で重点分野を定め、できるだけ大きな活動成果をもたらす努力をしています。その重点分野の一つに「疾病予防と治療」があります。「疾病予防と治療」では、発展途上国で多くの人々が質の高い医療を低コストまたは無料で受けられるよう、また、主な感染症(ポリオ、HIV/エイズ、マラリアなど)について正しい知識を広め、病気の予防と治療の支援活動を行っています。この機会に是非、ロータリーウェブサイト(www.rotary.org)で、重点分野に関して提供されている情報をもとに認識を新たにしてはいかがでしょうか。

「毎年世界で**10億人**がデング熱やハンセン氏病に苦しみ、先進国で症例が少ないため、製薬会社の開発が遅れています。」

「世界には保健従事者の数が人口1万人あたり23人に満たない国が**57**あり、毎年世界**240万人**の医師、看護師、助産師、熟練介護者が不足しています。」

「世界人口の**6人**に**1人**が医療費を払うことができません。」

「医療費の負担によって、毎年**1億人**が貧困生活に追い込まれています。」…。(ロータリーの重点分野ガイドより)

年末ご多忙の折、お身体にお気をつけて良き新年をお迎えください。



2016-17 Rotary International District 2560 Governor's Monthly Letter

創立 50 周年に向け、歴代会長を主要目標 (テーマ) やエピソード とともにご紹介する新コーナーです。



ひこばえ HISTORY OF SANJO SOUTH RC

薬とは、樹木の切り株や根元から生えてくる若芽の



田中 孝幸
第十九代会長

1986~87 年度

RI会長 M.A.T.Caparas マット カパラス (フィリピン)

「ROTARY BRINGS HOPE ロータリーは希望をもたらす」

ガバナー 藤田 説量 (三条) 「響き合う心で奉仕を」

会長主要目標

国際ロータリー会長、M A Tカパラス氏は「ロータリーは希望をもたらす」とのターゲットを掲げて、人類平和の為、「小児まひ」及び5つの小児の病気を、2005年まで、地球上より撲滅する壮大な奉仕運動「ポリオプラス 2005」計画を示され、実行の第1年目に当たります。

第 256 地区ガバナーに、我が町三条市より藤田説量氏が就任され、地区大会始め、各種会合が行われる年でもあります。

この記念すべき年度に当り、私共会員は、自らの意志と自らの力で、努力し合って、会員の増強、出席率の向上、高齢者問題の研究、職業奉仕、社会奉仕部門の新しいプロジェクトを作り、財団寄附の増加等の奉仕の実践を行います。

奉仕の原点は親睦にあります。大いに親睦活動を行いましょ。



1971年7月1日入会
職業分類：眼科医
勤務先：田中眼科医院
院長