



2019-20 年度テーマ

第 2670 地区

宿毛ロータリークラブ会報



■会長	小栗 学
■幹事	保田 孝司
■S A A	吉尾 航
■クラブ奉仕委員長	高瀬 一也
■職業奉仕委員長	東 豊喜
■社会奉仕委員長	西田 教世
■国際奉仕委員長	岡崎 利久
■青少年奉仕委員長	竹葉 良仁

■例会日：毎週木曜日	12:30~13:30
■例会場：宿毛市幸町	秋沢ホテル
■事務所	
〒788-0003	高知県宿毛市幸町 6-43
TEL	0880-63-3416 FAX 0880-63-3417
URL	http://www.gallery.ne.jp/~sukumorc/
E-Mail	sukumorc@mb.gallery.ne.jp

例会報告 第2687回 令和2年1月30日（木曜日） 天気：雨

- 例会司会：吉尾S A A
- 開会点鐘：小栗会長
- Rソング：それでこそロータリー
- お客様：

四つのテスト 言行はこれらに照らしてから

1. 真実かどうか
2. みんなに公平か
3. 好意と友情を深めるか
4. みんなのためになるか どうか

■会長報告 小栗会長

インフルエンザの時期ですがコロナウィルスが流行しています。口の字型のテーブルでやっと出席者が多く人の輪が繋がりました。先週風が強くてロータリークラブの看板をロープで縛ってもらいました。メンバーで応急処置はしています。今後のこともあるので、撤去したいと思っております。何か意見がある方はお出しください。川村会員が入籍したということです。

■幹事報告 保田幹事

- ガバナー事務所より：
 - ・第44回ロータリー青少年少女キャンプ申し込みについて
- 米山記念奨学会より：
 - ・確定申告用領収証送付の件

欠席届 5名

■プログラム 池委員長

卓話 二神会員

今日は何を話そうか何も決めていませんが、歯の話です。歯周病の話です。拙い絵ですが御覧ください。エナメル質は人間の体の中で一番硬いです。ダイヤモンドを10とすると7くらいです。歯髄には神経があります。赤の部分が歯肉です。大事なものは歯周ポケットです。歯肉炎、歯周炎と2つをまとめて歯周病といいます。茶色の部分はセメント質といいます。その下が歯根膜といい歯を支えています。歯肉だけに炎症が起こった場合、歯茎が赤くなったり歯磨きしたら血が出たりします。それが進むと歯周ポケットの炎症になります。歯周ポケットに汚れがたまるとポケットが深くなり、骨にも影響が出ます。これが歯が無くなったということなのです。土手がないという状況になると入れ歯も作りづらいということになるのです。歯周に細菌が入り、ポケットが深くなると、歯茎があると思うところに歯茎がなく、4mm以上ずれると危険信号です。調べるところはポケットの深さ、歯の動きです。歯茎を磨けと言われる事があるようですが、悪くなると歯が上下に動くわけです。こうなると処置できないです。歯と歯茎の境目を磨きなさいとよく言われると思うのですが、歯垢→歯石の流れで原因となっているのです。歯ブラシだけでは60%しか磨けません。角度をつけてポケットにブラシが入るイメージでやってください。歯間ブラシ、糸ようじなどを使わないと磨けないのです。外科的に除去する方法もあります。歯根についての歯石を取る方法があるのです。

8個の質問をします

1. 朝起きたとき口の中がネバネバする
2. 歯ブラシで出血する
3. 口臭が気になる
4. 歯肉がむずがゆい

5. 歯肉が赤く腫れている

6. 硬い物が噛みづらい

7. 歯が長くなったような気がする

8. 前歯が出っ歯になり歯と歯の間に隙間が出来て食べ物が詰まる

3つある人は油断禁物です。

6つある人は歯周病が進行しています。

全部ある人はかなり進行しています。

10分間は磨いてほしい、ながら磨きがいい。

歯が割れることもある。

質問 電動歯ブラシはどう？

回答 振動のほうがいいと思われる。歯周ポケットには無意味。

質問 お茶でゆすぐといいのか？

回答 お茶で歯は消えるかもしれないが、歯周ポケットに残ることは良くない。

質問 柿渋歯磨きはいいのか？ おすすめの歯磨き粉はあるのか？

回答 硬さは普通が一番いい。硬いのでゴシゴシはだめ。

■出席報告

69. 23%