



The Weekly Report of SUNAGAWA RC

砂川ロータリークラブ会報

■ 本日は3月19日(水) 第2596回例会 ■

ゲスト卓話 山崎副会長担当
副審議監 篠崎 強 様
「来年4月開校の砂川学園について」

※RCレート 3月1日より 1\$ 150円

■ 次週の予定 ■

3月26日(水) 指定休会
4月2日(水) 四大祝福、会員卓話
第2597回 松原重俊地区出向者担当
「地区に出向して」 松原重俊会員
4月9日(水) 会員卓話 松原重俊会長エレクト担当

第2595回例会記録 2025年(令和7年)3月12日(水) 晴れ「4つのテスト」唱和「それでこそロータリー」斉唱

- ・ゲスト紹介 本日はいらっしやいません。
- ・ビジター紹介 本日はいらっしやいません。

会長報告

会長 高坂 誠

①国際ロータリー第2510地区ローターアクトより「第52回地区大会」登録のご案内が届いております。

幹事報告

幹事 中村 和弘

本日はございません。

委員会報告

親睦活動委員会

委員長 吉藤 秀邦

親睦活動委員会よりご連絡させていただきます。来月4月13日(日)13:00より「ゆう」にて、有名人カラオケ大会が開催されます。高坂会長と水島聖一会員の出場は決定しておりますが、我こそは空知一という方は、この機会に歌唱力を披露していただければと思います。会長は優勝目指して、力の限り熱唱すると意気込んでおります。出欠表を配布しておりますので、参加の有無をご記入ください。

また、明日17:30より「ゆう」にて、三クラブ麻雀大会が開催されます。参加される方は、遅刻せずにお越しください。以上です。

例会

ゲスト卓話

社会奉仕委員会担当

社会奉仕委員長 田中敏文会員

ゲスト紹介

本日のゲストを紹介させていただきます。歯科衛生士の金子佳代様でございます。金子様の経歴について、ご紹介させていただきます。1980年1月8日生まれ 45歳 砂川市出身でございます。現在は上砂川町にお住まいでお子様が1人、旦那様は当社、林工務店の金子常務でございます。2000年に北海道医療大学付属歯科衛生士専門学校を卒業され多比良歯科医院に勤務2017年に同医院で衛生士主任に就任。2021年、砂川市1歳児パクパク広場と乳幼児健診の歯科衛生士としての依頼があり業務担当されております。2023年、上砂川町乳幼児健診と成人歯科相談歯科衛生士の依頼があり業務担当されております。

2024年、体調不良により多比良歯科医院を退職。2025年、体調回復により上砂川町の歯科衛生士業務を再開されております。

その他、フラダンス講師・北海道Iikersライター・砂川市民劇団『心呂座』に所属。現在、多方面で活躍されております。

本日の卓話は、『歯科検診の重要性について』というテーマでございます。それでは金子様、宜しくお願い致します。

テーマ 「歯科検診の重要性について」

歯科衛生士 金子佳代様



ただいまご紹介に預かりました歯科衛生士の金子佳代と申します。本日はこのような貴重な機会をいただき、心から感謝いたします。

本日は20年以上歯科衛生士として現場で見えてきた事を通して皆様に定期的な歯科検診がどれだけ大切かをお伝え出来ればと思います。

まず【歯科健診の目的】です。虫歯や歯周病に関する検査を行い、お口のトラブルを早期発見して治療につなげる事が目的の1つです。また歯面清掃であるPMTC・歯石除去やフッ素塗布など年齢を重ねてもお口の健康をキープできるように予防処置を行います。

こちらのグラフをご覧ください。

(定期健診に行っている人と、何かある時だけ行く人の現存歯数) このグラフを見ていただくと歯科健診に行っている方と、何か「問題が起きた時だけ行っている方」では40代頃からの差がハッキリと出ています。

40代以上の方で実際に患者様に伺った「歯科健診に来れなかった理由」です。

仕事が忙しくて来られなかった、打ち合わせが急に入った、体調が悪くてこれなかった、子供が受験

で落ち着いてから行こうと思っていた、子供にお金がかかるから、親の介護で来れなかった、親が亡くなってバタバタしていた…わかります、わかるんですが絶対歯科に来れる時間は隙間にあります。でもなんとかして来たくないのが歯医者なのもわかります…。そして仕事が忙しすぎて体がボロボロになってくるとこんな方も多くいらっしゃいます。

「歯茎が腫れて痛い、痛くて夜も眠れない、」お話を伺うと仕事がめちゃくちゃ忙しい！と言います。そうすると寝不足や食生活の乱れ、歯ブラシもしないで寝るとか、なのにストレスでタバコの量が増えるなど悪循環につながります。

しかもストレスは免疫力をものすごい下げしてしまうので、お口の中の悪い菌はここぞとばかりに大暴走します。そうすると歯茎が腫れたり、歯茎の下のように丸く白い膿の塊ができたり、出血が止まらない、歯が浮いてしまい噛めないほど痛いなどが起きてしまいます。

作事中、精密さが求められる仕事の最中に歯の痛みは苦しいでしょうし、大切な会議やプレゼンの時に意識が朦朧とするほどズキズキ病んだり、重い物を持つ動きや、強く何かを引っ張る動きなどは歯を思い切り食いしばります。歯が痛かったり浮いていたらそれらの動きは必要な力を十分にかけられません。

このような状態を放置することで、一番最初のグラフのように時間をかけて崩壊していき、歯の本数もどんどんぬけてしまいます。そして歯を抜く時に毎回こう思うはずです。

「もっとちゃんとあの腫れた時、血が出たとき、膿の匂いがした時、少しグラグラした時歯医者に行くとけばよかった…」と。

ではここまではあまり聞きたくないお話だったかもしれませんが、次に定期歯科検診を受けるとどんな素敵な事があるかお伝えしていきます。

(定期健診のメリット)

メリット1 虫歯・歯周病の早期発見と予防

毎日の歯磨きでは落とせない汚れや細かい部分の磨き残しが、虫歯や歯周病を引き起こします。

定期的にクリーニングを行うとそれらの予防効果だけではなく、小さな虫歯や歯周病の兆候に気づき早期治療ができるメリットもあります。

メリット2 全身の病気を予防

国内外の研究でお口の病気が全身の病気に関係ある事がわかってきました。中でも歯周病は糖尿病、脳梗塞、心筋梗塞、アルツハイマー病、誤嚥性肺炎、妊婦の早産や低体重児出産にも影響を及ぼす事が報告されています。お口を綺麗にクリーニングし健康的にキープする事はこれらを予防する事につながります。

メリット3 詰め物やかぶせ物や入れ歯の異常に気づける

虫歯チェック、歯周病チェックの他にも治療済みの歯のチェックもします。かけていないか、劣化が進み金属に穴が開いていないか、かぶせ物のふちの見えないところに虫歯はないか、外れかかかっていないかなどをみます。

入れ歯のバネが緩くないか、食事の後入れ歯の裏に食べ物が多くはさまっていないか、何かあれば速やかに治療に進むので比較的治療回数も少なくすむ事が多いです。

このように3ヶ月から半年に1回の検診でお口のトラブルがなくなり、体も健康でいられて美味しく何でも食べられるという事実を理解していただくと、歯科検診でやっぱり大切なんだな、とご理解いただけたと思います。

歯が痛くなってから歯医者に行くのではなく、定期的な歯科検診を受けることで虫歯や歯周病のリスクを減らすだけでなく、様々な病気の予防にも繋がっていきます。

駆け足でここまでお話ししましたが、定期健診の重要性についてご理解いただけましたでしょうか？本日はご清聴ありがとうございました。皆様のご健康とご多幸をお祈り申し上げます。

出席報告

委員長 堀江 和美

第2595回例会

※在籍数 42名 ※出席規定免除 2名

※本日出席基数 41名 ※本日欠席者数 11名

※本日出席率 75.61%

※本日欠席者

小野志伸会員

信太英樹会員、是枝貴裕会員、成田英彦会員

佐藤文優会員、水島聖一会員、染谷 昇会員

相馬功児会員、山下克己会員、永森直弘会員

ニコニコボックス

※本日は大変お忙しい中、金子様に卓話を頂きました。ありがとうございました。また3月8日PETSに松原会長エレクトはじめ参加頂いた会員の皆様おつかれ様でした。

○高坂 誠会長

※今日3月12日は私の90歳の誕生日です。昨年は卒寿の会、誠にありがとうございました。ふつつか者ですが今後ともよろしくお願ひします。

◎鈴木直作会員

※金子様、本日は卓話をさせて頂きましてありがとうございました。

田中敏文会員

※結婚記念をいただき。

水島孝嗣会員

※PETS無事終わりました。また歯科衛生士の金子さんありがとうございました。

○松原重俊会員

※お礼。

☆大橋俊彦会

本日のニコニコBOX 75,000円 累計額 1,169,000円

☆は超高額、◎は高額、○は多額

※米山記念奨学会：目標 14,000円/人

本日 0円 累計 396,000円

※ロータリー財団：目標 230\$/人

本日 0\$ 累計 4,260\$

ガバナー月信

QRコード



本号担当：香山素子 次号担当：香山素子

事務局：砂川パークホテル内 (Tel.0125-52-3989)

会長 高坂 誠 幹事 中村 和弘

欠席届は前日昼迄に大橋俊彦SAAまで (Tel.74-6163・FAX74-6164)