

RIテーマ/人類に奉仕するロータリー



# 天童東ロータリークラブ会報

2016-2017 クラブテーマ/心身の健康を保ち、楽しく奉仕しよう

会長/鞍掛彰秀・幹事/村山与四郎

通常例会 1487 回・本年度 6 回 例会日 2016 年 8 月 10 日 会場/天童ホテル

司会 / 小野芳重

タクト / 永山和敏

ソング / 奉仕の理想

## 1. 会長挨拶 鞍掛彰秀会長

今、リオオリンピックの真っ盛り。私は卓球に期待しております。

さて、私達は日常生活で食事をする際、食物や水分を口に入れ、かみ砕き、飲み込む事を行っています。この、口から食道に食べ物を送り込む働きを「嚥下」と言います。飲むという字を用いた「誤飲」は、ボタンや硬貨を誤って飲み込むことで、「誤嚥」とは違います。誤嚥（ごえん）は、食べ物の一部が誤って肺に入ってしまうことを言い、このために感染が起き肺炎となるのを誤嚥性肺炎と言います。食事の一口目が多いそうです。寝たきりの患者さんはこのタイプの肺炎が非常に多いことが社会問題となっているのです。

誤嚥予防に多くが提唱されています。楽しく話をしたり笑ったりするのが、嚥下筋を鍛えます。また、飲み込む時には口を閉じて歯を食いしばっていますので、歯磨きを丁寧にして丈夫な歯にしておく、または自分に合った良い入れ歯を入れておくのが大切です。

「嚥下体操」というのが提唱されています。

- ① 口をすぼめる・横に伸ばす      ②首を回す・前後左右に動かす
- ② 両肩を上げて下げる              ④姿勢を正し、腹式呼吸を行う
- ③ 無理ない程度にむせってみる    …つまり、嚥下とは全身運動なのですね！



## 2. 本日のプログラム 会員増強・研修委員会の皆様の卓話 私はこう思う

- 斎藤栄一 選挙に“空中戦と地上戦”があるように会員の増強にも様々な方法が必要で、入れた後の指導が大事です。2800地区の資料がありました。
- 押野茂彦 自分はチャーターメンバーです。現在パーマ店13店舗。現在、“易経”という中国の思想を勉強しまして、講師も行っています。その自然の法則の教えに“質を拡大すれば、人は増える”があります。
- 志田泰久 会員増強研修委員会は、今回で3回目、多くの見込みに当たったが0勝-7敗。質を求めるか、継続が大切か。
- 押野 宏 私たちは、夢を持つことが大切で、前向きな夢を見ましょう。ロータリークラブも（会員が）輝けば、人が集まり会員が増えるでしょう。

## 3. 幹事報告

### ①ガバナー事務所より

夏季休業のお知らせが届いております。

2016年8月11日（土）～8月15日（月）迄

\*地区事務所も同期間 夏季休業

### ②東根ロータリークラブより

創立50周年記念式典のご案内が届いております。

日 時 2016年10月22日

記念式典 午後2時より

会 場 東根温泉 花の湯ホテル

### ③公益社団法人 天童青年会議所より

第37回全国中学生「選抜将棋選手権大会」の御礼が届いております。

## 4. 委員会報告

上期会費は3名が未納となっています。内1名が送金で名前が解らない方がいます。2名の入金があれば、送金者が解ります。

## 5. 出席報告

本日会員 54名 出席者 45名 出席率 84.90% （義務出席者 53名）

前々回出席率を81.13%に修正いたします。

出席報告者 山口 孝

## 6. スマイル報告 紹介者氏名（斉藤幸雄）

・会員増強の卓話 関係

鞍掛会長 会員増強の卓話、楽しみです。

村山幹事	会員増強・研修委員会の皆様、素晴らしい知恵のスピーチ楽しみです。
赤塚弘実	私ども会員増強委員会メンバーの卓話です。押野 宏さんトップです。
斎藤栄一	本日会員増強の切り口で会のスピーチさせていただきます。
押野茂彦	スピーチだそうです。苦痛でしょうが10分だけ我慢して下さい。
志田泰久	本日、スピーチをほんの少しだけさせていただきます。
阿部米位	4人の方のバラエティーに富んだ話楽しみです。
斉藤幸雄	会員増強・研修委員会の皆様のスピーチ、暑さに負けず頑張ってください。
・その他	
後藤重雄	会員誕生日