

2017～2018年度RIテーマ：『ロータリー：変化をもたらす』
ガバナー方針：『今日からのロータリーを楽しもう』
クラブ方針：『輝くロータリー活動の実践』



ロータリー
変化をもたらす

名古屋空港ロータリークラブ

事務局
名古屋市中村区名駅4-3-10 東海ビル606号室
TEL(052)561-2405 FAX(052)571-2867
E-mail rongoapt@mta.biglobe.ne.jp
会長/ 稲吉 将秀
幹事/ 松本 雅人
公共イメージ向上委員長/ 安江 寛二
例会日/毎週月曜日 12:30～13:30
例会場/キャッスルプラザ

第1978回例会

2018年6月18日(月) 第39回

- 点 鐘 会長 稲吉 将秀君
- 斉 唱 「奉仕の理想」「夏は来ぬ」
- 例会行事 会員卓話 中島 俊朗君
「口腔ケアとフレイル」
- ゲ ス ト プリヤンタ・ディ・サルピティコララ様
と奥様まゆみさま(稲熊正徳会員ゲスト)
- 司 会 友原 寛之委員

会長挨拶

名古屋空港ロータリークラブ会長 稲吉 将秀君



「沈黙は金」なり、「雄弁は銀」なりと、いうことわざがあります。

会員の皆さんは大変話が上手で聞くたびに感銘を受けたり感心したりしておりますが、本日は「沈黙」についてお話をさせていただきますので参考にさせて頂ければと思います。

皆さんも取引先との会議や交渉の際、いかに話すかよりも、相手の話を真摯に聞く態度＝沈黙が大切になるシーンが出てくると思います。しゃべり過ぎた挙句、不用意な一言でせっかくまとまりかけた商談が反故になった例はいくらでもあります。お互いに気を付けたいものです。

ではどういう時に沈黙を守るのが得策なのか、黙っているべき時とは具体的にどの様なシーンなのか。アメリカのソーシャルメディア関連のニュースサイト「マッシ

ャーブル」に黙っているべき10の場面がありますので、ご紹介します。少しアメリカ的な判断ですが参考にしてください。

- ① 交渉相手と腹の探り合いになった時。(相手がこちらの考えを暴こうと口八丁・手八丁で必死に探りを入れてきたときは、ダンマリを決め込む。)
- ② 質問をしたあと。(いったん質問をしたら、相手の返答にじっくり耳を傾ける。)
- ③ 交渉相手の誤解に気が付いた時。(相手に思い違いがあっても、こちらが不利益にならなければ、わざわざ指摘するまでもない。)
- ④ 話題となるアイデアが無いとき。(相手との会話が途切れたからといって、話つなぎに余計な事を口にする必要はない。)
- ⑤ 信用を得る為に他人を必要とするとき。(相手の力を借りて何かを成し遂げたいときは、手柄を相手に譲って多くは語らない。)
- ⑥ 自慢話をしてしまいそうな時。(単なる自慢話なのか情報の発信なのか分からない事が多くあります。自慢話だけならウンザリします。)
- ⑦ 相手より詳細なコメントをした時。(たとえそれが正確で的確な意見であっても、長口上は相手から嫉妬を買う恐れがあります。)
- ⑧ 相手の成長を促す時。(部下の経験値を上げたいときは余計な口出しをせず、じっくり見守る。)
- ⑨ 聞き手が明らかに退屈している時。(本人が面白いと思った話題でも、聞き手が興味を示さなければ、さっさと話を切り上げる。)
- ⑩ スピーチを始める前。(スピーチを始める前は、不自然なくらい長いインターバルを置く。その沈黙が聞き手の興味を喚起して聞く姿勢を促す。)

⑨・⑩の沈黙は、スピーチ術と言えるかもしれませんが、スピーチの前に一息時間をおいて相手をじらせてから話を始めると良いのかもしれませんが。???と思う項目もあろうかと思いますが参考にさせて頂き一つでも活用して成果を上げて頂ければと思います。紹介させて頂きました。簡単ですが本日の会長挨拶とさせていただきます。ありがとうございました。

委員会報告

●出席報告 (伊藤 康司委員)

| 本日の例会 | | | | | |
|--------------|-------|----|-----|--------|----|
| 会員数 | 50 | | 出席率 | 84.44% | |
| 出席者 | 出席義務者 | 26 | 欠席者 | 出席義務者 | 7 |
| | 出席免除者 | 12 | | 出席免除者 | 5 |
| | 出席者計 | 38 | | 欠席者計 | 12 |
| 前々回例会 (6月4日) | | | | | |
| 会員数 | 51 | | 出席率 | 97.12% | |
| 出席者 | 出席義務者 | 33 | 欠席者 | 出席義務者 | 1 |
| | 出席免除者 | 14 | | 出席免除者 | 3 |
| | 出席者計 | 47 | | 欠席者計 | 4 |

●ニコニコボックス報告 (國田武二郎委員)

中島会員、卓話楽しみにしています。

稲吉 将秀 君

中島先生、本日卓話よろしくお願ひします。

松本 雅人 君

- ・梅の雨さやかに木々の葉音かな
- ・雨に濡れ紫陽花の毬小宇宙

太田 哲郎 君

元気に卓話で奉仕させていただきます。

中島 俊朗 君

中島PPの卓話が楽しみで出席しました。

武田 英昭 君

中島先生、卓話よろしく。

石川 良治 君

中島パスト会長の卓話を楽しみにしています。

金井 和治 君

中島先生、卓話楽しみにしています。

波多野 真 君

卓話よろしくお願ひします。

原田 好展 君

サルピティコララ夫妻ようこそお越しくございました。

中島先生卓話楽しみにしています。

稲熊 正徳 君

友の死の訃報に接し紫陽花を見つめて垂れる球滴
死の涙だと思ひけるかな

國田武二郎 君

中島君、卓話宜しくお願ひします。楽しみです。

安江 寛二 君

初ゴルフ優勝のお礼のご報告がおくれまして。

真城 壮司 君

今日も元気で!

| | | |
|---------|---------|---------|
| 阿萬 裕子 君 | 石原 慎一 君 | 市川 孝 君 |
| 伊藤 康司 君 | 入谷 宏典 君 | 内海 辰巳 君 |
| 北園 守生 君 | 栗田 和典 君 | 近藤 和彦 君 |
| 三治 明 君 | 高山 光雄 君 | 竹尾 悟 君 |
| 田中 秀典 君 | 田邊 雅彦 君 | 照井 通夫 君 |

友原 寛之 君 中林 正人 君 早川 正倫 君
堀場 竜司 君 安川 正勝 君 山北 秀和 君

御協力ありがとうございました。

| | | |
|----------|-----|------------|
| 本日の協力 | 34名 | 50,000円 |
| 本年度の協力累計 | | 1,685,000円 |

卓話



中島 俊朗君
「口腔ケアとフレイル」

長生きの時代になりました。今回耳慣れない言葉でフレイルという表題に触れてみました。「フレイル」とは体がストレスに弱くなり身体的機能や認知機能の低下がみられる状態のこと。健常な状態と要介護状態(日常生活でサポートが必要な状態)の中間の状態として、日本老年医学会が2014年に提唱しました。加齢に伴って一方的に衰えた状態である「老衰」「衰弱」などは少しニュアンスが異なり、治療や予防を行うことで健康な状態に戻ることができるという意味も含まれています。厚生労働省が国の重要課題として取り組んでいる「健康寿命の延伸」政策の中心的な概念となっているようです。

フレイルの姿は、「身体的なフレイル」、「精神・心理的フレイル」「社会的フレイル」という多面性あり、これに栄養摂取など要素として大きなものがある「オーラルフレイル」を含む場合もあるようです。

日常生活で口の働きは全身の1部として生活の中で大きな役割を担っています。

口の働きに注目してみると、食べること、話すこと、その他、実に人として生きる上で極めて大きな働きがあります。カナダの脳神経外科医であったペンフィールドという人による大脳とからだの各器官との関わりについての報告では、口の働きが手足と同等かそれ以上に関わる領域が広いことを示していました。

口の働きを担っている構造として歯、歯茎、舌、頬と

喉および唾液腺があります。そして、加齢に伴う口腔の変化として虫歯や歯周病という疾患、唾液分泌や構成筋肉の衰えなどが挙げられます。口の働きに支障が出てくると、生活上困ったことが多々起こってきます。このことはフレイルに少なからずの関わりがあり、口腔ケア（手入れなど）が極めて大切になるわけです。

虫歯と歯周病の発症の原因は口腔内細菌にあるということが、現在では明らかになっています。歯は非常に硬いエナメル質で表面を形作っていますが、細菌が産生する酸におかされると簡単に溶けてダメージを受けることになり、これがいわゆる虫歯というわけです。

一方歯と歯肉の境に食べカスなどプラークが沈着すると、これも細菌が影響して歯の周りにダメージを与えます。これが歯周病というわけです。それで口腔ケアの重点は細菌の除去や減少が主となり、歯磨きが重要となるわけです。

また、抗菌力維持増進のため唾液腺刺激などの取り組みがあり、このことも望ましい口腔ケアの1つに含まれます。

一方、もう1つのケアの内容として口腔機能にかかわる筋肉の機能訓練があり、「パ・タ・カ・ラ」の発音訓練、舌の動きを含む「あいうべ体操」そして飲み込み周囲筋肉の訓練などがあります。

最近よく誤嚥性肺炎について世間で取りざたされることが多くなりました。嚥下障害がある高齢者では口腔内細菌の肺への感染で引き起こされることが多いといわれています。歯磨きによる口腔内細菌の除去と嚥下訓練が誤嚥性肺炎の予防につながります。

最後にフレイルの判断基準として、広く国際的にも使用されている基準をお示し、会員の皆様にはこれらを参考にいただき「健康は健口から」を念頭に、今後に役立てていただければ幸いです。

近藤運送株式会社
一般貨物運送・重貨物運送・花送梱包

代表取締役社長 **近藤和彦**
 Email: kazu_k@nifty.com

http://homepage3.nifty.com/kndtrsp/

本社 〒465-0012 名古屋市南区豊田二丁目番12号
 TEL (052) 821-0341 (代) FAX (052) 821-7345

半子郵便センター 〒465-0002 名古屋市南区大須町四番12号

ゴルフ場機械販売

株式会社 三治製作所

代表取締役会長 **三治 明**
 電話 (052) 262-0331

株式会社シバタ 愛知県岡崎市 食品部/年中無休配達

SHIBATA

代表取締役社長 **柴田 和宏**

T:462-0024
 愛知県名古屋市中区清洲2丁目7-7
 TEL 052-608-9270 FAX 052-506-9271

免許証は …… ローンでOK !!

城北自動車学校

☎916-3333 柴田 弘

政府登録国際観光ホテル

ホテル キヨシ名古屋

代表取締役 **清水 武臣**

〒460-0021名古屋市中区平和1-3-1
 電話 (052) 321-5663

伊勢山会計合民事務所
伊勢山会計事務所

代表 **杉本 敦永**

〒460-0022
 名古屋市中区大須1丁目1番17号伊勢山ビル
 TEL: 052-418-4800 (代) FAX: 052-418-4802
 携帯: 090-37438-6151
 E-mail: aji@ishiyama-kyosei.com
 http://www.ishiyama-kyosei.com/



建築解体

株式会社 三浦建設

代表取締役会長 **鈴木 恵一**

名古屋市北区中切町6-6
 TEL (052) 911-4466

高山法律事務所

弁護士 **高山 光雄**

名古屋市東区東大曾根町45-10
 電話 (052) 936-6411
 FAX (052) 936-6418

