



高槻ロータリークラブ
2022~2023
WEEKLY BULLETIN

四つのテスト

- 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

事務所 〒569-1116 高槻市白梅町 4-1 高槻阪急 6 階
TEL 072-683-1158 FAX 072-683-1174
URL <http://www.takatsukirc.org/>
E-mail takatsuki.rc@bird.ocn.ne.jp

例会日 毎週水曜日 12:30~13:30
例会場 高槻阪急 6 階 多目的ホール TEL 072-684-5379

創立 1954年6月15日

会長 石田佳弘 幹事 長山正剛 クラブ運営委員長 山室匡史 会報担当副委員長 松下浩章

No.36 2023年4月19日 発行

4 月は母子の健康月間

第 3314 回 本日 (4/19) の例会

例会場変更 (於: 桃谷樓)

- ◎ ソング ……我らの生業
- ◎ 卓話 外窪 明美君
「今の私にできる小さなボランティア」
- ◎ 卓話 井上 隆昭君
「鉄 リサイクルに優れた素材」
- ◎ 例会後の行事
第 5 回被選理事会 (於: 事務局)

第 3315 回 次週 (4/26) の例会

二人三脚例会

- ◎ ソング ……日も風も星も
- ◎ 外部卓話
国際ロータリー2660地区
2018-2019年度ガバナー 山本 博史様
「山崎 豊子について」
- ◎ 例会前の行事
中長期クラブ戦略委員会

先週 (4/12) の例会から

◎ゲスト・ビジター

計 0 名

◎出席報告

会員数	出席者数	出席
49 名	34 名	70.83 %
前々回例会補正後出席率	95.74 %	
但し、Mup 3 名	欠席者 2 名	
出席規定適用免除有資格者	1 名	

3 月度皆出席表彰

長山 正剛君 通算 8 年
大木 城司君 連続 7 年

◎会長の時間

今月は環境月間ですので環境のお話をさせていただきます。

私たちが暮らす地球は、経済的に豊かになっている反面、さまざまな種類の環境問題を抱えています。

環境問題の種類として日本と世界が抱える 25 の環境問題があります。

それらはいずれも緊急性を要する問題であり、目を背けることはできません。

そこで世界が抱える 25 の環境問題の原因や影響について考える必要があります。

1. 地球温暖化
2. 気候変動
3. オゾン層の破壊

などがありますが、ロータリークラブは、国際的な奉仕団体であり、地域社会や世界の問題に対処することを目的としています。

そのため、環境問題はロータリークラブが取り組むべき優先事項の一つであり、重要な問題の一つとして認識されています。

ただし、世界的な問題に取り組むことを目的としているため、環境問題だけに限らず、教育、健康、貧困、平和など、他の重要な問題にも同時に取り組んでいます。

環境問題は、ロータリークラブが取り組むべき重要な問題の一つであり、その優先順位は高いと言えます。

したがって、どのような環境問題を優先するかは、地域や国、地域クラブの状況によって異なる場合があります。

環境問題に取り組む上で、様々な課題がありますが、特に優先順位が高い環境問題は、以下のようなものが挙げられます。

1. 気候変動対策 地球温暖化や異常気象

海面上昇など、気候変動は現代社会が直面する最も深刻な問題の一つです。

ロータリークラブは、エネルギーの効率化、再生可能エネルギーの普及、植林などの取り組みを通じて、気候変動の対策に取り組んでいます。

2. 廃棄物処理

廃棄物処理は、環境に対する脅威の一つであり、地球規模での廃棄物処理は、環境保護の観点から重要です。

ロータリークラブは、廃棄物の削減や再利用、リサイクルなどの取り組みを通じて、廃棄物処理問題に対処しています。

3. 水資源管理

水は、人類が生きるために不可欠な資源であり、水不足や水質汚染などの問題があります。ロータリークラブは、水の供給や浄化、水資源の管理に取り組んでいます。

4. 自然保護

自然保護は、生物多様性や生態系の保全に関する問題であり、環境保護の重要な分野の一つです。

自然保護区の保全や生態系の復元、野生動物保護などの取り組みを通じて、自然保護に取り組んでいます。

地球温暖化や海洋汚染、人口爆発など、私たちが暮らす地球はたくさんの環境問題に直面しています。

これら環境問題の多くは、人為的な要因によって引き起こされているということを認識しなくてはなりません。

現在、それぞれの環境問題に対して、私たち一人ひとりに何ができるのかを真剣に考える必要があるのです。

新入会員のご紹介



氏名 堀部 直子
生年月日 S47年 8月 28日
勤務先 (株)Horibe Associates
職業分類 建築設計監理
推薦者 飯田 哲久 大木 城司
趣味 旅行・映画鑑賞・外食
好きな言葉又は生活信条 シンプル
自分の心に正直

新入会員のご紹介



氏名 小西 知之
生年月日 S43年 10月 16日
勤務先 三井住友信託銀行(株)
職業分類 信託銀行
推薦者 藤井 敏雄 入谷 治夫
趣味 スポーツ観戦・音楽鑑賞
好きな言葉又は生活信条 一生勉強勉
一生青春

◎幹事報告

- ・4月ロータリーレート 1ドル：133円
- ・「緑の羽根募金」は¥11,100集まり、4/3に振込致しました。皆様ご協力ありがとうございました。
- ・本日堀部様と小西様、先月鮫島様が入会され、合計3名の新入会員をお迎え致しました。本日現在会員数が49名となり、50名まであと1名となりました。4/26(水)の例会は二人三脚例会ですので、何とか50名を達成したいと思っております。新入会員へのお祝いとしてクラブ統一ジャケットをプレゼント致します。1人5,000円のご協力を宜しくお願い致します。

◎委員会報告

○職業奉仕委員会

藤田 貴子

- ・5/17(水)例会後に職場見学を実施したいと思います。見学場所は新名神の工事現場です。上牧エリア、梶原エリア、成合エリアのどこかになります。工事の状況によって決まります。回覧を回します。ご参加宜しくお願い致します。

【日時】2023年5月17日(水)例会後

【送迎バス】松坂屋横 14:00 発

【見学場所】新名神の工事現場

○社会奉仕委員会

西本 恵美子

- ・高槻市環境美化推進本部事務局より「令和5年度春季環境美化推進デーの実施についてのご案内」が届いており、回覧を回します。多数の皆様のご参加宜しくお願い致します。

【開催日時】2023年5月21日(日)9:00~10:30
(雨天中止・順延なし)

【集合時間】9:00

【集合場所】弁天公園 (JR 高槻駅北側 関西大学横)

【清掃場所】JR 高槻駅北側周辺

【清掃用具】準備しております。

○国際奉仕委員会

内本 繁

- ・公益財団法人米山梅吉記念館より「全国一人100円募金運動」の協力依頼が届いております。回覧致しますので皆様御協力よろしくお願いたします。

◎卓話 「 歯磨きの選択肢について 」

大木 城司

皆さんが毎日するお手入れ、歯磨きについてお話させていただきます。

歯医者さんで、「歯ブラシをペングリップで持って、優しい力で歯と歯茎の境目に45度の角度で優しく小刻みにブラッシングをしてください。」こんなことを言われたことはないですか？

僕は現在歯医者になって20年ですが、約19年前に覚えたこの定型文をずっと言い続けてきましたし、これ以外をあまり聞いたことが無いです。もちろん、最初は訳もわからずに文章を丸暗記していただけですが、その後、歯の構造、歯磨きの成分、歯ブラシの形状、歯垢の性状等、この定型文を裏付ける理由を理解して、さらに詳しく説明できるようにはなりました。

最近の勉強会の題名に、「令和の時代にアップデート」の文字が付いたものをよく見かけます。なので、歯磨きについても、令和の時代に合った内容で何かお話を作れないかと思い、この卓話を作りました。厳密な研究ではなく、個人のお勉強程度の内容ですので、軽い気持ちでお聞きください。

さて、お話の順番としては、①磨く対象として、歯の構造と歯垢について ②歯ブラシの形状と役割 ③歯磨き粉の成分 の順にします。歯の構造は今も昔も変わりませんので、最初にお話しします。

- ① 歯の白い部分、エナメル質は歯垢の酸により脱灰と再石灰化という現象によって、その形を維持しております。皮膚が垢となって剥がれ落ちるのと違い、表面の成分がいったん放出され、戻ってくることによって再構築を繰り返して、形を維持しています。骨も似たような代謝で形を維持していますが、骨密度の低下と同じように、歯も密度の低下が原因で穴があきます。穴があかないようにするには、再石灰化で戻ってくるミネラルをより強固な成分にすれば、エナメル質は丈夫になっていきます。そのためにフッ素の濃度が作用に大きくかかわるので、現在では 1,450ppm の濃度まで一般販売可能となりましたので、この数字を探してください。
- ② 歯ブラシは毛の形や並び方で様々な種類があります。ブラシとしての機能は対象物に軽く当て、毛先が寝ないようにこすることが大切で、効率よく汚れを取ることができます。歯垢はネバネバして歯の表面にこびりついているので、この汚れを浮かせるために、こすり、歯磨き粉を泡立たせて汚れを浮かして洗い流すことが重要となります。なので、ブラシの当て方、動かし方を指導するのですが、最近では電動歯ブラシの登場で、手磨き以上の効果も得られるので、これも紹介しておきます。ブラシが自動で動くので、歯に当てる様に持つだけで表面の汚れを落とすだけでなく、その振動で水に波を作り、毛先に当たるところ以外も汚れを落とします。フィリップスのソニックアーが一番お勧めです。
- ③ 歯磨き粉の成分は基本成分と薬効成分の2つで考えます。基本成分は歯磨き粉の状態を決めるもので、泡立ちや爽快感、歯や粘膜のなじみ感を決めます。薬効成分は化学的な成分としてミネラル補給や汚れの分解を担当しています。さて、令和の時代に登場したのが、泡ハミガキの概念です。石鹼も液体に変わり、泡が増えてきたと思います。泡の力が注目されています。むし歯予防か歯周病予防か、ペーストか泡か、薬局の棚にはたくさん商品がありますので、探してみてください。

最後に、今回の知識だけでなく、一番覚えてほしいのは、歯医者さんでクリーニングした後のお口の感覚、歯の表面のツルツル具合や、歯と歯の間の唾の通る感覚など、汚れゼロの感覚を覚えて頂ければ、磨き残しがあることに気づけますので、汚れゼロになるまで歯磨きしてください。



◎ニコニコ箱報告

- ・誕生記念内祝 拝郷君、大木君、内本君
 - ・結婚記念内祝 橋本君 (いつのまにか25周年になりました。)
- 山口君
石田君、清水君
浜田哲君、飯田君、小阪君、清水君
藤井君
- ・入会記念内祝
 - ・創業記念内祝
 - ・小西さん、堀部さんの入会を祝して。
 - ・お誕生日お祝い頂き有難うございました。又、遅刻してしまい申し訳ございません。藤田さんいつもすみません!!
 - ・歴史と伝統のある高槻ロータリークラブに入会させていただきます。ありがとうございます。
 - ・小西さん、堀部さん、入会おめでとうございます。創業記念もありがとうございます。
 - ・堀部さん、小西さん、御入会おめでとうございます。
- 入谷君
小西様、堀部様、ようこそ高槻 RC へ。今度ともよろしくお願い致します。
- 石田君
歴史と伝統のある高槻ロータリークラブに入会させていただきます。ありがとうございます。
- 小西君
小西様、堀部様、高槻ロータリークラブへようこそ。
- 長山君
大木君
- ・卓話を聞いて頂いて。

本日の合計	¥ 10,000-
7/1 よりの累計	¥1,477,160-

◎R 財団への寄付 (年次)

藤井 敏雄君 ¥ 5,000-	入谷 治夫君 ¥ 5,000-
大木 城司君 ¥ 5,000-	山口 誠君 ¥ 5,000-

本日の合計	¥ 20,000-
7/1 よりの累計	¥ 775,000-
一人当たり平均	\$ 135.68

◎R 財団への寄付 (ポリオ)

本日の合計	¥ 0-
7/1 よりの累計	¥ 338,000-
一人当たり平均	\$ 59.17

◎米山奨学会への寄付

大木 城司君 ¥ 5,000-	内本 繁君 ¥ 5,000-
-----------------	----------------

本日の合計	¥ 10,000-						
7/1 よりの累計	¥ 497,500-						
<table border="0"> <tr> <td> <table border="1"> <tr> <td>会員より</td> <td>¥ 275,000-</td> </tr> <tr> <td>クラブより</td> <td>¥ 222,500-</td> </tr> </table> </td> <td></td> </tr> </table>	<table border="1"> <tr> <td>会員より</td> <td>¥ 275,000-</td> </tr> <tr> <td>クラブより</td> <td>¥ 222,500-</td> </tr> </table>	会員より	¥ 275,000-	クラブより	¥ 222,500-		
<table border="1"> <tr> <td>会員より</td> <td>¥ 275,000-</td> </tr> <tr> <td>クラブより</td> <td>¥ 222,500-</td> </tr> </table>	会員より	¥ 275,000-	クラブより	¥ 222,500-			
会員より	¥ 275,000-						
クラブより	¥ 222,500-						
一人当たり平均	¥ 11,845-						

◎青少年育成基金への寄付

本日の合計	¥ 0-
7/1 よりの累計	¥ 90,000-

2022-2023 年 度 例 会 プ ロ グ ラ ム

月	日	内 容	例会後の行事	備 考
4 月	19	移動例会(於:桃谷樓) 卓話(外窪君・井上君)	第 5 回被選理事会(於:事務局)	
	26	例会 12:30~13:45 二人三脚例会 外部卓話(パストガバナー 山本博史様)	中長期クラブ戦略委員会(例会前)	*クラブ組織委員会
5 月	3	定款による休会(祝日)		青少年奉仕月間
	10	記念月御祝/委員会例会	定例理事会(於:事務局)	春の RYLA セミナー(5/3~5)
	17	卓話(内本君)	第 6 回被選理事会(例会前) 職場見学(於:新名神工事現場)	
	24	移動例会(於:高槻城公園芸術文化劇場) 私の履歴書(鮫島君・小西君)	情報集会	メルボルン国際大会(5/27~31) 大阪ナイト(5/27)
	31	私の履歴書(堀部君)		*青少年奉仕委員会