

静岡西ロータリークラブ会報

◎ 会長 北島俊秀
◎ 副会長 川崎友和
◎ 幹事 鈴木麻祐子
◎ 副幹事 斯波幹和

例会日：毎週水曜日 12:30
(但し第一水曜日 18:30)
例会場：ホテルセンチュリー静岡
Tel 054-284-0111

クラブ事務所
静岡市葵区追手町 12-12
静岡安藤ハザマビル 5階
Tel:054-254-5611/Fax:054-221-0515

第2074回 2019年6月5日(水) 通常例会

- ◎司会者 幹事 鈴木麻祐子君
◎開会点鐘 会長 北島俊秀君
◎ロータリーソング 「西クラブの歌」
ソングリーダー 中村功治君
◎四つのテスト唱和 中村功治君



出席状況	会員数	出席計算 会員数	出席数	欠席数 (無届)	Make up	改定出席率
前々回	35名	34名	22名	0名	1名	67.65%
本日	33名	33名	22名	11名		

- ◎会長挨拶 会長 北島俊秀君

皆さん こんにちは、私の年度最後の夜間例会です。

本日のことば 傷つくのは心ではなく、つまらないプライド
つまらないプライドを守るために 生きないように

6月4日(昨日)は、ムシ菌予防デーでした。

「ミドル世代 体の元気のもと歯の手入れから」

皆さんは日課になっている食後の歯磨き40歳代以降は、歯周病で歯を失う人が増えてきます。手遅れにならないうちに、効果的な歯のケアを習慣づけて健康寿命を延ばしましょう。

- ・ 歯ブラシの選び方
- ・ 歯磨剤はフッ素が入っているもの、そして うがいの回数
- ・ 圧のかけ方
- ・ 歯ブラシの保管場所 (乾燥した場所)

40歳を超えると抗菌効果がある、唾液が出にくくなるほか、咬む力が衰えて口の中が汚れやすくなり、食べかすを栄養源とする細菌が増えプラークとなり歯周病が悪化します。

歯周病自体は、虫歯と違い進行しないと痛みを感じる事が少ないため軽視されがちです。糖尿病・脳血管性認知症・狭心症・心筋梗塞など全身の病気と関係が深いことが明らかになっています。ですから、定期的に健診を受け口腔内のケアをしっかりと、80歳で20本以上の歯を維持できる様、お願い致します。



◎本日のお客様紹介

劇団SPAC 俳優 関根淳子様
三味線 作曲家 新保有生様
劇団SPAC MGR 中沖英敏様

◎委員会報告

ヨガ同好会 水元久美子君
奉仕プロジェクト委員会 加藤博一君

◎米山奨学金授与

アウリア アルファラビ アネスティアさん



◎出席報告・スマイル発表 宮原伊之人君

北島俊秀君

関根淳子様、新保有生様 本日宜しくお願ひ致します。ミドル世代、体の元気のもと
は歯の手入れからですぞ。

加藤博一君

次期クラブ管理委員会を昨日開きました。会費の残りをスマイルします。次年度どう
ぞ宜しくお願ひ致します。

川崎友和君

次期クラブ管理の皆様、昨日はありがとうございました。次年度は宜しくお願ひ致します。

杉山 元君

本日、Jeアスリート第2号発刊しました。地域の子供達の部活動を応援することを目的としています。一
読頂けましたら幸いです。偶数月の発刊です。どうぞ宜しくお願ひを致します。

白鳥三和子君

今日は息子同伴でお騒がせします。ファラさん、はじめまして。一年間よろしくね。

小宮山公文君・渡辺憲治君・深見典弘君

関根様 新保様 本日宜しくお願ひします。踊りと三味線楽しみにしています。

榊 一夫君・山梨 透君・満井義政君・富田英児君

育英会にスマイル



◎外部卓話

「新春・舞台女優現る」

SPAC俳優、演出家
三味線作曲家

関根淳子氏
新保有生氏



◎閉会の点鐘

北島俊秀君