

よいことのために
手を取りあおう

Rotaract

Rotary
Club of Uozu



2025 - 26年度
会長 青山 圭一
幹事 島田 修

会長あいさつ 青山 圭一会長



世界を見ると人間があちこちで騒いで、ほかの生物に迷惑をかけている状況だ。RCは4つのテストに従って活動していけばいい。

西RCとの2回目の合併問題協議委員会の準備事項として共有する。次年度(2年後)に当クラブはガバナー補佐を選出する必要があるが、候補者選定が難航している。私の候補案として第1候補は辻さん、第2候補は中田さんを想定している。お二人が難しい場合は、私が引き受けるしかないと思っている。なお本件は合併準備を進める上で当方の人事方針がはっきりしないと具体的な話もしにくいので、私案としてお知らせするものだ。

出席報告

3460回 12名 66.66%
3458回 メークアップ なし
3458回 77.77%



Happy Birthday

坪井孝博さん 坪井夫人



以前魚津RCには私を含め3月26日生まれが3人いました。生駒さんと辻井さんです。誕生日が同じなのは何か意味があると思うので、同じ日に生まれた人がまた入ってくればいいですね。妻は私と同じ56歳だけど元気です。仕事をやって、ご飯を食べて剣道部に行っている。タフだと感謝しています。



浦辺良昭さん

妻にロータリーのことを聞かれました。親睦会の話をしたら喜んでくれて、今年の家族例会には参加したいと言っていますので皆さんよろしく願います。

ニコボックス報告

西村敏信さん 手術無事終わりました！

会員卓話「お久しぶりです」 坪井孝博さん



久しぶりに出席したので簡単に自己紹介から。歯科医師でロータリー歴は約20年。2か所で非常勤講師も務めています。登山や渓流釣り・生き物観察など多趣味です。県歯科医師会公衆衛生部で口腔ケア啓発動画を制作した経験から

一般の方に口腔ケアをもっと知ってもらうため、自身で作った動画を紹介します。(以下動画から要約)

口の変化は目立ちにくい一方で、将来の全身の健康に直結する重要なサイン。虫歯と歯周病は「お口の生活習慣病」であり、動脈硬化や脳卒中などとの関連を示す報告が集まってきています。さらに誤嚥性肺炎は、睡眠中などに口腔内細菌が気道へ入り肺に侵入することで起こり、中高年では自覚がないまま唾液を誤嚥している例も多いです。そのため、口腔内細菌を減らす丁寧な口腔ケアが重要となり、特に就寝前の清掃の徹底が効果的です。うがい薬は期待ほどの効果が得られにくい点に注意が必要です。糖尿病と歯周病も相互に影響し、血糖値が高い状態が続くと歯周病が悪化しやすく、若年でも歯肉の炎症や不衛生が続けば、将来の糖尿病リスクが高まります。口腔内フローラは食生活の偏り、唾液減少、口呼吸などで乱れ、常在菌のバランスが崩れると病気につながります。子どもの口腔機能発達不全は、噛む・飲み込む・話す・呼吸するといった機能の未熟さで、放置すると成人後の早期の機能低下や嚥下障害、誤嚥性肺炎の危険を増します。顎が小さいと歯並びだけでなく気道が狭くなり、いびきや睡眠時無呼吸のリスクも上がるので、その対策として食事では姿勢を安定させ、両足を床につけ骨盤を立てることが下顎運動を助け、回数より「正しく噛む」ことが重要になります。舌の位置と力を整えるガムトレーニングは、鼻呼吸の獲得や咀嚼・嚥下・発音の改善に有効です。加えて、噛みしめ(TCH)や歯ざしりは歯根膜の炎症を招き、歯の痛みだけでなく肩こりや頭痛などにも波及しうるため、顎・首・肩のストレッチで負担を減らすことが推奨されます。日々の口腔ケア、姿勢と食習慣、機能訓練、噛みしめ予防の積み重ねが、歯科治療の負担を減らし健康寿命の延伸につながります。



よいことのために
手をとりあおう



2025 - 26年度
会長 青山 圭一
幹事 島田 修

会長あいさつ 青山 圭一 会長



サクラが満開、アメリカとイランも2週間の休戦でめでたい感じた。米山奨学生でベトナム出身のホワイさんと学校の先生と面談してきた。授業が例会の木曜にあたるので調整が必要だ。理事会で検討してほしい。

ゲスト卓話「富山労災病院をとりまく医療情勢と当院の今後の方向性」 富山労災病院病院長 角谷直孝氏



病院を取り巻く経営環境が厳しい背景には、物価高騰だけでなく、過去20年にわたる国の医療費抑制策がある。高齢化社会を見据え、国は診療報酬、特に入院医療の報酬を

出席報告

3461回 14名 77.7%
3459回 メークアップ 岩崎さん
3459回 72.22%→77.7%

段階的に引き下げてきた。コロナ禍では補助金によって維持されていたが、その終了に伴い、構造的な赤字が表面化したのが現状だ。医療における「アクセス・質・コスト」の三すくみの中で、日本は低コストで高い質を維持してきたが、近年はコスト増が限界に達している。特に入院医療の根幹であるDPC(包括払い制度)が、現場に大きな矛盾をもたらしている。この制度は疾患ごとに1日当たりの報酬が定額化されているが、入院期間が長引くほど報酬が激減し、一定期間を超えれば宿泊料すら満足にいただけない。高齢患者は併存疾患が多く退院調整にも時間がかかるが、DPCは「1入院1疾患」の評価が原則であり、現場が多忙を極めても収益には結びつきにくい。また、急性期病棟には重症患者の割合を維持すべき施設基準があり、必要度の低い患者の長期滞在は経営を危くする。こうした矛盾を解決するため、当院では2020年に「地域包括ケア病棟」を導入し、急性期後のリハビリや在宅復帰を最大60日間支援する体制を構築してきた。さらに令和6年度の改定を受け、新たに「地域包括医療病棟」への転換を断行する。要件は極めて厳しいが、これを導入することで報酬減衰の悪影響を回避し、急性期機能を維持したまま経営基盤を強化するのが狙いだ。2040年に向けた地域医療構想により、新川地域の医療体制は今後10年で激変する。医師数100人規模の拠点病院への集約が進む中、当院は近隣の黒部市民病院等と役割を分担し、「高齢者救急・地域急性期」の砦として生き残らなければならない。今回の病棟転換を起爆剤とし、地域に不可欠な救急医療を守っていく。

米山カウンセラー委嘱状交付



青山晶子さんに米山奨学生カウンセラーの委嘱状が贈られた。期間は4月1日から27年9月30日まで。学校は富山国際大学。

Happy Birthday



岩崎正人さん 52歳です。健康のため、3月上旬から1か月強の間、酒を控えています。懇親会でも酒を勧めないようご協力ください。



大江夫人 妻は私と2歳違いの60歳になりました。断捨離の話聞き、やるうと決めて、トラックで450kg分を処分しました。すごすっきりしました。



茶谷夫人 25歳で結婚して人生の半分を共に暮らしてきました。子供たちも帰ってきて4人家族がそろい、これからも頑張ってくれればと思います。



辻夫人 あまり歳のことを言うなと言われてます。だんだん力関係が逆転して、奥さんが強くなると、父ちゃんが弱くなりますね。

委員会報告

岩崎正人会長エレクト 理事会で相談して役員を決めました。限られた人員での運営なので全員が何かの役についています。できる限りの協力をお願いします。

小学生英語スピーチコンテスト委員会委員長 青山晶子さん 魚津市教育長を訪問して、市内小学校に周知の協力をお願いしてきました。

ニコボックス報告

- 青山圭一さん 富山労災病院の病院長角谷先生、本日は卓話においでいただきありがとうございます。
- 川岸芳雄さん 富山労災病院角谷先生、今日はお世話になります。
- 西村敏信さん 本日も皆様にお会いできましたことに感謝です。
- 茶谷 勝さん 妻の誕生日を祝っていただき、ありがとうございます。次女がこの春から保育師として就職しました。社会人としてのスタートです。