



東京浅草中央ロータリークラブ 週報

〒111-8765 東京都台東区西浅草 3-17-1 浅草ビューホテル 2階
TEL. 03-3847-1111 FAX. 03-3847-0154 URL: http://www.asachu-rc.jp

2010 - 2011 年度テーマ

R.I. テーマ 「地域を育み、大陸をつなぐ」

R.I. 会長 Ray Klingensmith

地区ガバナー 上野 操

クラブテーマ 「楽しいクラブ、ためになるクラブで 25 周年を祝おう」

クラブ会長 古谷 輝彦



本日の卓話

「新年の挨拶」

古谷会長・原田幹事

2011年1月12日

第 1204 回例会

会長 古谷 輝彦
幹事 原田 毅

今後の卓話予定

1/19 「上半期報告」 各委員長
1/26 「ツキをよぶ話」 (株)コハラセミナーサービス 小原健志 様



1月の誕生日祝

3日(69才) 松本勝太郎君 5日(69才) 宮村義男君
6日(51才) 園部容弘君 9日(68才) 長島資生君
18日(63才) 関原光治君 23日(58才) 藤掛靖元君
29日(70才) 柘 利徳君

前回 (12/22 1203 回例会) の記録

来訪者紹介 (1203 回例会)

◆ゲスト 6名 卓話者 遠藤隆一様・遠藤房子様・後藤弘子様
加藤 勇様・松本弘子様・石尾幸子様
◆ビジター 1名 東京浅草RC 谷 利明様

出席報告 (1203 回例会)

総会員数	休会	出席免除	出席	欠席	出席率	修正出席率
45名	0名	3名	38名	5名	88.1%	1201回例会修正 欠席2名・出席率95.24%

会員増強は、クラブの若返りと明日への架け橋！

会長報告 <古谷会長>

・本日の例会が本年度最後の例会となりました。7月に会長就任以来不慣れな運営で会員の皆様には何かとご迷惑をおかけしたこ

とをお詫びするとともに、会の運営に全面的に協力いただきました皆様に心より御礼申し上げます。

幹事報告 <原田幹事>

・2011年1月のロータリーレート 1ドル=84円

・事業報告書が現在3件提出されています。1月5日ㄱ日 宜しくお願いします。

委員会報告

<藤掛次年度幹事>

・第一回被選理事会の報告をさせていただきます。既に週報に掲載されております。

SAA役員として永井健一君が選任されました。各理事の担当委員会につきましては1月26日の例会にて発表いたします。

「親からもらった自分の歯」



遠藤 歯科

遠 藤 隆 一 様

紹介者 折原 隆 君

自分の歯と義歯では、体力、知力、気力ともに影響する。

① 歯と体力のかかわり方

咬合力と握力は高い数値（相関係数）で相関する。

咬合力が低下→握力値低下→筋力発揮低下→体力の低下

義歯になると自分の歯の時と比べ咬合力がウーンと低下するのである。

② 知能とのかかわり方

1. パロチン

① 上皮成長因子…皮膚、粘膜、血管内皮細胞の増殖に寄与します

② 神経成長因子…神経節細胞の成長増殖をうながします

2. 歯根膜受容器というセンサー

歯を抜いてしまうと歯根膜受容器というセンサーがなくなるのです。

繊細な食感がわかるのも歯根膜のセンサー機能があればこそである。

☆ 将棋の話为例にとって説明する

☆ 歯は健康のバロメータ

☆ 歯周病、根端病巣

全身の健康にどう影響をおよぼすか

☆ 歯を作るのは妊娠3ヶ月から始まる。乳歯・永久歯も

☆ 歯を作るにはどのような栄養素が必要か

☆ 歯を作るにはどのような食品をとればよいでしょう

ニコニコボックス

<古谷会長>

- ・本年は大変お世話になりました。新年が会員の皆様にとって良い年になりますよう様お祈りいたします。

<原田幹事>

- ・いよいよ上半期の最終例会日となりました。半年間の様々な御協力に心より感謝申し上げます。

<藤田、松崎、柘、小林(雅)、海内>

- ・遠藤隆一様、本日の卓話「親からもらった自分の歯」楽しみにしております。

<天笠、松崎、長堀、上野、関原、大塚、長島、岩戸、藤野>

- ・本年最後の例会です。今年一年、無事に乗り越えました。来年も良い年になりますように!

<親睦活動委員会>

- ・皆様のおかげで上半期を無事終わることができました。来年も皆様を楽しめる企画をさせていただきます。ご期待下さい。

<出席委員会>

- ・前期2度の100%を達成しました。下半期も高出席を目指しています。皆様のご協力に感謝します。

<馬場>

- ・先日は、親睦委員会の忘年会を魚眠荘でして頂きありがとうございました。興味深い御話ばかりで、とても楽しい時間でした。ありがとうございました。

第1203回ニコニコ金額
今年度ニコニコ累計額

42,000円
899,000円

《健康知識》

「よく笑いよく泣こう」

「笑う門には福来る」と言いますが、実に笑いは健康によく、笑うことでガン細胞を破壊すると言われるナチュラルキラー細胞が増え、免疫力が上がるというのは耳にされたことがあるかもしれません。でも、笑うだけではありません。実は泣くのもストレス解消や免疫力アップの役に立つのだそうです。

涙には普段から目をうるおしている涙、ゴミが入るなど刺激によって出る涙、喜びや悲しみなど感情によって出る涙の3種類があります。このうち感情の涙は心身を癒すと言います。

泣くのを我慢している時は交感神経が優位な緊張状態なので、ストレスになるそうです。ところが泣くと緊張が解けて副交感神経が優位になります。またモルヒネ様物質で鎮静作用のあるエンドルフィンが分泌されスッキリし、ナチュラルキラー細胞も活性化するのだそうです。

2011年は健康のためにも「感情表現豊か」な生活をめざしてみませんか。

<今週担当 尾泉良和>