

## 一般公開講座

9:30~11:30

### 「健康寿命延伸に寄与する口腔健康管理と オーラルフレイル対策」

日本歯科総合研究機構 主任研究員 恒石 美登里 氏



人生100年時代というフレーズも飛び交うなか、平均寿命ではなく健康寿命の延伸が注目されています。自立して生活できる期間を出来るだけ延長するためには、要介護状態におちいる疾患の予防が重要です。要介護状態になる疾患としては認知症や脳血管疾患や骨折・転倒などが上位になっています。歯を喪失したまま、入れ歯などを入れていない場合は、歯を20本以上保有する人と比較して、認知症になるリスクや転倒リスクが高くなることは疫学研究ですでに明らかとなっています。

平成元年より推進されている8020運動はすでに30年が経過し、歯を多く有する高齢者も増えてきています。しかしながら、平均20本以上保有する年齢は69歳までで、いまだに70歳以上では平均現在歯数は20本に届いていません。できるだけ早い時期からの歯の健康を維持するための施策がまだ十分とは言えません。

日本歯科医師会では「8020運動」に加えて「オーラルフレイル対策」を推進しています。日本歯科医師会ホームページでは「オーラルフレイルは、滑舌低下、食べこぼし、わずかなむせ、かめない食品が増えるなどのささいな口腔機能の低下から始まります。早めに気づき対応することが大切です。これらの様々な口の衰えは身体の衰え(フレイル)と大きく関わっています。日本歯科医師会は『8020運動』に『オーラルフレイル』という新たな考え方を加え、健康長寿をサポートしてまいります。」と発信しています。オーラルフレイル対策はまだ始まったばかりですが、できるだけ自分の歯の健康を保つとともに、飲み込んだり、話したりといった口の機能についても気をつけていきたいですね。改めて、お口の健康や予防対策について考える機会になれば幸いです。

#### 〈プロフィール〉

- 1996年 岡山大学歯学部卒業
- 1998年 岡山大学歯学部予防歯科学講座助手
- 2006年 博士(歯学)(岡山大学)
- 2007年 日本歯科総合研究機構 常勤研究員
- 2012年 東京医科歯科大学 健康推進歯学 非常勤講師(現在に至る)
- 2013年 日本歯科総合研究機構 主任研究員(現在に至る)
- 2017年 公益財団法人8020推進財団 理事(現在に至る)

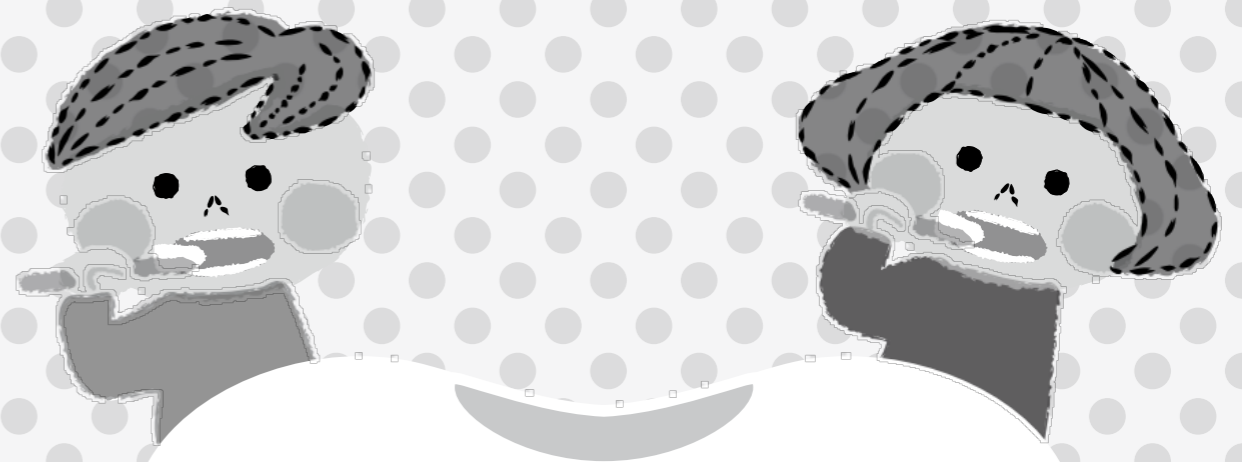
#### 主な著書(ともに共著)

- 「歯科医療白書」2008年度版 2013年度版
- 「現在(いま)を読む 歯科口腔保健・医療の基本情報」2015年度版
- 「健康長寿社会に寄与する歯科医療・口腔保健のエビデンス」2015年
- 「歯科診療所におけるオーラルフレイル対応マニュアル」2019年版

第27回

# 福井県 歯科保健大会

入場  
無料



開催日

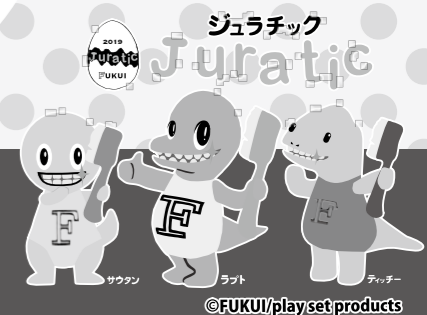
2019.11.10 sun

場所

福井県歯科医師会館  
福井市大願寺3-4-1

主催 福井県・(一社)福井県歯科医師会・福井県学校保健会・福井新聞社

後援 福井県教育委員会・福井県市町教育委員会連絡協議会・(一社)福井県歯科技工士会・(一社)福井県歯科材料工業会・(一社)福井県社会福祉協議会・(一社)福井県歯科衛生士会・(一社)福井県PTA連合会・(一財)福井県老人クラブ連合会・(一社)福井県身体障害者福祉連合会・福井県心身障害児者福祉団体連合会・福井県食生活改善推進員連絡協議会



©FUKUI/play set products

# 表彰式・活動報告

13:30～15:00

## 1 開 会

## 2 あいさつ

福井県健康福祉部長  
一般社団法人 福井県歯科医師会長

## 3 表 彰 式

親と子のよい歯のコンクール  
高齢者よい歯のコンクール  
健康な歯づくりに関するおえかき、  
図画・ポスターコンクール  
歯科保健優秀指導者  
歯科保健優良企業  
よい歯の健康づくり推進学校  
歯みがき名人優秀活動

## 4 祝 辞

福井県議会議長

## 5 歯みがき名人活動報告

小浜市立内外海小学校  
「全校85人のかがやく歯をめざすために」

## 6 閉 会

# 受賞者

### 親と子のよい歯のコンクール

■ 知事賞  
(親)林 瑛梨奈 (子)林 潤太郎

### 高齢者よい歯のコンクール

■ 知事賞  
小林マツ子 坂井市  
■ 福井県歯科医師会 会長賞  
東 進 敦賀市  
小堂壽美子 おおい町

### ■ 公益財団法人8020推進財団理事長賞

山口喜三郎 小浜市 西出 稔 敦賀市  
河合 明子 福井市 藤井 幸子 越前市  
宮西ツタ子 大野市 宇野 陽子 越前市  
大森サダ子 越前市 八木敬一郎 あわら市  
上井恵美子 高浜町 山本栄太郎 越前市

### 健康な歯づくりに関するおえかき、 図画・ポスターコンクール

■ 知事賞  
おえかき かわだ保育所(鯖江市) おだに ゆうき  
図画ポスター 越前町立荻野小学校6年 笠原 誠司  
■ 福井県教育委員会賞  
おえかき 鹿谷保育園(勝山市) まつむら あんじゅ  
図画ポスター 勝山市立荒土小学校6年 吉田 凌太郎

### ■ 福井県歯科医師会 会長賞

おえかき かわだ保育所(鯖江市) よしかわ ふう  
図画ポスター 鯖江市北中山小学校4年 山岸 陽俐

### ■ 日本学校歯科医会賞

低学年 越前市味真野小学校2年 大柳 圭祐  
高学年 坂井市立大関小学校5年 高山 千亜紀  
中学校 福井県立高志中学校3年 大久保 朋晃

### 歯科保健優秀指導者

■ 優秀指導者  
坂井市立兵庫小学校養護教諭  
由比 伊恵子

### 歯科保健優良企業

■ 優良企業  
株式会社フクタカ

### よい歯の健康づくり推進学校

■ 知事賞 福井市桑小中学校  
■ 福井県教育委員会賞 小浜市立内外海小学校  
■ 福井県歯科医師会賞 福井県立高志中学校  
■ 福井県学校保健会賞 池田町立池田小学校  
■ 福井新聞社賞 大野市立乾側小学校

### 歯みがき名人優秀活動

■ 最優秀賞 小浜市立内外海小学校  
■ 優秀賞 南越前町立今庄小学校  
越前町立常磐小学校  
おおい町立佐分利小学校  
高浜町立和田小学校

