

主 な 内 容

会長就任挨拶	加藤 秀之	1
役員名簿	大越 壽和	1
寄稿	大越 壽和	1
近況報告	勝榮	1
人生100年時代を見据えて	平沢 勝榮	2
東京都における高齢者への	青木 徳子	2
健康寿命と歯科医療につ	井上 武彦	2
葛歯連盟広報の発刊によ	和泉 武彦	3
生涯を通じた口腔ケア	かひ明	3
健康寿命は歯のケア習慣	とよ	3
かかりつけ歯科医の定着	本指 文	4
会務報告	勝	4

葛 歯 連 盟 広 報

発 行 所

葛 飾 区 歯 科 医 師 連 盟

東 京 都 葛 飾 区 青 戸 7 - 1 - 20

電 話 03(3602) 0648・(3603) 2691

編 集 発 行 人 加 藤 秀 之

印 刷 所 一 世 印 刷 株 式 有 限 公 司

会 長 就 任 挨 拶

葛 飾 区 歯 科 医 師 連 盟 会 長 加 藤 秀 之



平素より先生方には多大なご支援とご協力を賜り、葛飾区歯科医師連盟を代表して厚く御礼申し上げます。私はこの度、令和元年6月22日に開催されました「第78回定期総会」におきまして会長に就任をさせていただきます。高橋文夫前会長の後を引き継ぎ、今までにない重責を感じ



ております。

高橋前会長の推し進めてきた「三会の連携」「会務の継承」「活動報告の充実」という路線を仰ぎ、組織として現在の形を今後の執行部にも引き継いでいけるよう努力して参ります。これにより「連盟」というものが会員の先生方の誰にも、わかりやすい組織活動が定着していくであろうと確信をいたしております。

受託事業につきまして、あくまで個人の思いですが、現在の健診事業の補足として、マタニティ歯科健診における産後健診までの拡大、長寿歯科健診におきましては、人生100年と言われる現在、高齢者の口腔機能維持増進のため、年齢撤廃ができたと思いま

す。

重複になるかと思いがすが、公益社団法人葛飾区歯科医師会、葛飾区学校歯科医会と共に協力し、地域住民の口腔衛生向上のため、地域医療・健診事業などが遅滞なく行えるよう、行政や議員の先生方と共に努力していかたと存じます。執行部一同、力を合わせて、会務に全力を尽くして参りますので、より

いっそうのご厚情とご支援を賜りますようお願い申し上げます。

寄 稿

組織力の手本となる葛飾区 歯科医師連盟に感謝いたします

東京都歯科医師連盟 会長 大越 壽和



日頃より高橋文夫先生はじめ、葛飾区歯科医師連盟会員の先生方には、都歯連盟の活動へご理解とご協力を賜り、深く感謝致しております。特に、貴連盟においては組織率96.7%、会費納入率100%であり、東京都の平均からは群を抜いて上回る数字を出して頂いており、お手本の地区であると考えております。これはまさに、役員の方の不断のご努力と、会員の先生方の連盟活動に対する意識の高さの表れであり、歯科医師会と連盟が一体となり、地域医療連携や公衆衛生活動に積極的に取り組まれている結果と拝察いたします。

貴連盟の様な地区が大部分であれば、財務状況も安定し、どんなにか本来の政治活動に集中できるだろうか...と思っておりますが、現実には甘いものではなく、東京都全体の組織率は80%を割っている状態です。我々都歯連盟の執行部もこの2年間、組織力向上を最重要課題と位置付けて、各地の歯科医師会理事や、各同窓会・校友会を回らせて頂くなど連盟の必要性を訴え続けて参りました。しかしながら、正直言いまして組織率が下がるのを食い止めるのが精一杯というのが現状です。ただ、都歯連盟の中にある組織力強化委員会の先生方のご尽力により、新入会員向けに連盟活動の必要性を解説したプロモーションビデオがもうじき完成する予定です。こうしたツールなども利用しながら、我々としては諦めることなく今後も次期執行部に申し送りもしっかりと行い、訴え続けてまいります。

さて、貴地区においては区長選と区議選の時期が他の地区とずれている為、参議院選挙のみとなりますが、全国的に見ると、今年には統一地方選挙と参議院選挙が12年に一度重なって行われる重要な年であり、昨年から混乱をきたしてまいりましたが、ここに来てようやく沖縄県出身の歯科医師で、衆議院議員2期、環境大臣政務官の経験のある「比嘉なつみ」さんを推薦する事が決まり、4月24日には自民党公認候補予定者となりました。

政府の政策の根幹となる骨太の方針への歯科口腔の文言の記載をはじめとする最近の歯科医療界への追い風を継続して行くためにも、歯科医療の現場を知る職域議員は大変重要な存在となります。残りの時間は限られておりますが、どうかお力添えをいただきますようお願い申し上げます。

(文書作成... 平成31年4月26日)

地 の 塩

地域医療の片隅にあつて、日々、診療に携わり平成時代を駆け抜けてきた思いです。地を清める塩たりにいたか、自らを振り返り、令和時代は少しゆつくりと生きて行ければと感じているところです。朝、布団から起き上がれず「ボー」としている、ラジオから「時計、あなたはデジタル派? アナログ派?」という街頭インタビューが聞こえてきました。デジタル派は、時刻がはっきりわかっている、アナログ派は、扇型の面積で経過時間と残り時間の見当がつけ易いと、当たり前のように多数でした。自分ならどちらもありだと聴いていましたが、実は、腕時計についての質問なのだとか。結果、アナログ派が7割、デジタル派が3割とのこと。もっとデジタル派が多くなってしまったが、デジタル派にはアップルウォッチも含むという理由が大多数でした。

「なぜ腕時計はアナログが良いのか」という質問に、アナログでない、と落ち着かない、アナログの方が格好良いという理由が大多数でした。機能性や利便性を求めれば、それこそアップルウォッチとなりましょう。格好だつてむしろ良いかもしれせん。携帯電話を持つようになってから腕時計をしない人も増えてくるので、アナログの腕時計はアクセサリとしての価値が大きいのです。時計のみならず、見た目は大事。それを理由に何かを選ぶのは然るべきことです。間もなく参議院選挙。見た目で選びましょうか? いや、これはやはり中身かと思えますよね。

「近況報告」

衆議院議員 平沢 勝栄



事などを務めております。このように長く国政の場で仕事を...

葛飾区歯科医師連盟の先生方には、平素より歯科診療、口腔衛生などの分野で区民の...

私たちは平成24年秋に政権復帰して以来、「失われた20年」等による負の遺産を克服...

策、社会保障体制立て直し策、働き方改革、外国人労働者の受け入れの拡大等々、これからの「人生100年時代」を見据えた数々の中長期的政策を策定して、その実現に全力で取り組んで来たわけであり...

さて、天皇陛下のご退位に伴い、5月1日に元号は、平成から令和に変わりました。私たちは、本年、昭和、平成に続く日本の新しい時代の訪れを迎えたわけであり...

その一方で、少子高齢化の進展に伴い、今後は全般的な疾患を有するなど治療の難度・リスクの高い、いわゆる「高齢者型」の歯科治療の需要が増加することが予想されています...

私も長年の議員生活の経験を最大限生かしながら皆さんの医療活動が円滑に行われますように今後ともお手伝いをさせていただきます...

東京都における高齢者への取り組み

東京都議会 議員 舟坂ちかお



葛飾区歯科医師会の皆様、東京都議会自由民主党の舟坂ちかおです。一昨年の都議会議員選挙は厳しい戦いでしたが、皆様からのご支援を頂き、再び都議会に送り出さ...

てみれば、さまざまなことがありました。沢山の明るい話題があった一方で、東日本大震災をはじめとした自然災害も発生しました。多くの尊い命が失われ、仮設住宅や避難先などでの生活を強いられる方々も少なくありません...

その夢と希望に向け、今年秋にはラグビーワールドカップがやってきます。そして来年2020年には、東京オリンピック・パラリンピックが開催されます。大会の成功に向け、都民や葛飾区民の皆様と心を一つにして頑張っていきたいと思っております...

と」を都民の目指す姿として、都民一人ひとりが実践する3つの取組を挙げています。また、ライフステージに応じた歯と口の健康づくりの推進、かかりつけ歯科医での予防管理の定着、医科歯科連携の推進、地域で支える障害者歯科医療の推進、在宅療養者のQOLを支える在宅歯科医療体制の推進を計画推進の4本柱としています...

人生100年時代を見据えて

葛飾区長 青木 克徳



葛飾区歯科医師連盟の皆様方には、平素より本区の歯科保健医療分野における地域医療活動にご尽力をいただき、心より感謝申し上げます。

007)年に日本で生まれた子どもの半数が107歳より長く生きるとの推計もあり、いよいよ人生100年時代が間近に迫ってきています。平均寿命の延伸にともなう健康寿命(健康で活動的に暮らせる期間)を延ばし、一生を通じて、いつまでも豊かに過ごすために健康は欠かせないものです。

健康実現プラン」及び「葛飾区食育推進計画」を策定いたしました。歯と口の健康は、食べる喜びや、話す楽しみなどの生活の質(QOL)を保つために欠かせません。また、口腔内の状況が糖尿病や循環器疾患等の生活習慣病や誤嚥性肺炎などの全身疾患と関連していることや、高齢期においては口腔機能の低下が心身の活力低下や要介護状態につながっていることも明らかになってきています...

ることができるよう、ライフステージに応じた様々な歯科保健対策を行っております。乳幼児期については「妊婦歯科健康診査」および「すくすく歯育て歯科健診」(2歳児とその母親を対象とした健診と予防処置)を実施し、乳幼児が良好な口腔環境を維持できるように図っています。成人期については、歯周病やう蝕等歯科疾患の予防や早期発見を目的に「成人歯科健康診査」(40歳から70歳の5歳刻みを対象とした健診)を実施しており、本区の受診率は東京都においてもトップの状況となっております。高齢期については「長寿歯科健康診査」(75歳を対象とした口腔機能チェックも含めた健診および健診後のフォロー教室)を実施...

施しています。特に高齢期においては、加齢とともに機能低下が進みやすく、生活の質の維持・向上、また、健康寿命の延伸のためにも、歯の本数の維持とあわせて口腔機能の維持も重要であることから、令和2年度からは、80歳を対象に追加して、「長寿歯科健康診査」を実施する予定です。健診事業の実施とあわせて、歯と口の健康を維持するために、こうした健診事業をきっかけに、「かかりつけ歯科医」をもつて、定期的に保健指導や歯科健診、予防処置を受けるなどの健康的な習慣を身につけることを普及啓発しています。

また、障害や在宅療養等のために歯科受診が困難な方のためには、「ひまわり歯科診療所」(障害児・者を対象)、「たんぼ歯科診療所」(寝たきり高齢者を対象)を開設し、歯科診療を行ってまいります。たんぼ歯科診療所では、診療所に通院していただいている治療するほか、訪問歯科診療を実施しており、地域包括ケアシステムにおいても重要な役割を果たすものと期待しています。

これらの事業を進めていくためには、今後とも、皆様との連携・協働が不可欠であり、皆様が生きていく力を支える生活の医療」として、歯科医療に長きにわたって献身的に取り組んでいただいていることにより、区民の歯科保健の向上が図られているものと確信しております。

日本一のおふるさとかつしかを目指し、区民一人ひとりが自立し、日頃から生活習慣に気を配り、病気を予防する知識を身につけるなど、健康意識を高めるきっかけづくりの支援を進めてまいります。人と人との絆が強く、地域との協働が図りやすいといった本区の特徴を生かした事業を推進させてまいりますので、今後とも御支援のほどどうぞよろしくお願い申し上げます。

結びに、葛飾区歯科医師連盟の更なるご発展を期待いたしますとともに、諸先生方の御多幸と益々の御活躍を心からお祈り申し上げます。

平成29(2017)年の日本人の平均寿命は、男性が81.09歳、女性が87.26歳となりました。今後、平成19(2

本区では、区民の皆様がいつまでも健康でいきいきと安心して暮らしていけるよう、本年3月に「第2次かつしか

そのため、本区では歯科医の皆様と連携・協働し、区民の皆様が健康な口腔を維持す

この計画を読みますと、「いつまでもおいしく食べ、会話を楽しみ、笑顔で人生を過ごすことができるこ

「いい歯東京」として新たに策定されました。歯科保健目標の達成に向けた施策の方向性を示し、従来の歯科保健目標から歯科保健推進計画として聞いております。

この計画を読みますと、「いつまでもおいしく食べ、会話を楽しみ、笑顔で人生を過ごすことができるこ

「いい歯東京」として新たに策定されました。歯科保健目標の達成に向けた施策の方向性を示し、従来の歯科保健目標から歯科保健推進計画として聞いております。

この計画を読みますと、「いつまでもおいしく食べ、会話を楽しみ、笑顔で人生を過ごすことができるこ

この計画を読みますと、「いつまでもおいしく食べ、会話を楽しみ、笑顔で人生を過ごすことができるこ

葛齒連盟広報の

発刊によせて

葛飾区議会 議長 筒井たかひさ



の更なる活躍と発展を期待しております。

また、平成30年の社会保険診療報酬改定では、小児在宅患者の訪問管理指導の新設や在宅歯科に関する点数の見直しなどがなされています。あわせて、咬む力と咬む咀嚼能力の検査項目も新設されています。包括ケアシステムの推進に向け葛飾区歯科医師会の皆様のお力は欠かすことのできないものと考えております。

かかりつけ歯科医と一人ひとりが自ら取り組む日常的な口腔ケアの定着を通じ、生涯を通じて食べることや会話を楽しくし、葛飾区に暮らす全ての人が笑顔で人生を過ごせる様ともに力をあわせて取り組んでいきたいと思っております。引き続き皆様のご支援とご指導をお願い申し上げます。

高橋文夫先生をはじめ、葛飾区歯科医師連盟の皆様におかれましては、長年にわたり本区の歯科保健医療事業へのご尽力はもとより、区政の各般にわたり、ご支援、ご協力を賜り、区議会を代表して厚く御礼申し上げます。

さて、現代社会において、高齢化や社会生活環境の変化などにより、糖尿病、

心臓病、脳卒中など生活習慣病の増加が深刻な問題となつています。本区でも平成28年の死亡者のうち、生活習慣病を原因とする病気で亡くなった方は全体の55%を占めています。

生活習慣病は、食生活の乱れや運動不足、ストレスなど文字通り生活習慣が主な要因となるため、予防のためには、正しい食生活や運動習慣など日々健康的な生活を続けることが重要となります。とりわけ、歯と口腔の健康は、「食べる」と「話す」と「食べる」と「話す」と「食べる」と非常に重要な生活習慣が求められます。

歯を支えるものです。よく噛んで食べることで栄養状態が安定することはもとより、脳が活性化され、認知症のリスクが軽減されるという調査結果も報告されています。

健康的な食生活を維持するために80歳になっても20本以上の歯を残そうという「8020運動」が提唱され、30年余が経過しました。この間の運動の成果もあり、運動開始当初7%程度であった目標達成率も平成28年度の調査では、約51%の方が目標を達成しているとのことです。これは、国が令和4年度の目標値としていた50%を超えるもので、大変喜ばしいことです。が、見方を変えると未だ半数近くの方は、20本の歯を残せていないという点にもなり、さらなる取り組みの推進が求められます。

歯を失う原因で最も多いのは歯周病とむし歯であるといわれています。とりわけ、歯周病は中高年の8割以上がかかっているとされる身近な生活習慣病であり、健康を維持増進するためには歯と口腔の健康を保ち、歯周病を予防することが必要です。

本格的な高齢社会を迎え、本区においても、65歳以上の方が総人口の約1/4を占めています。人生100年時代を目前に控えた長寿社会の中、区民一人ひとりが生涯を通じて幸せで充実した生活を送るためには、乳幼児期から高齢期までそれぞれのライフステージに応じた適切な歯科口腔保健のアプローチが不可欠であります。

このため、葛飾区では、歯科医師会・歯科医師連盟の先生方と連携し「妊婦歯科健診」「ハッピーバースデイすくすく歯科健診」「乳幼児歯科健診」「成人歯科健診」などをはじめ区民のライフステージに応じた様々な取り組みを展開してまいりました。

申すまでもなく、自分の歯を一日でも長く一本でも多く残していくためには、歯と口腔の健康維持に対するご本人の自覚と意欲、そしてそれを身近でサポートする専門家の存在が非常に重要となります。

平成31年3月に策定された「第2次かつしか健康実現プラン」でも、「歯と口の健康づくり」を「生活習慣病の予防と健康的な生活習慣の定着」という基本目標の施策に位置付け、「むし歯や歯周病を予防し、歯の本数維持に繋げる」と、「かかりつけ歯科医を持つ」という区民の割合を増やすこと」を施策の目標に掲げています。今回のプランでは、ライフステージに応じた歯科健康教育や歯科健診などこれまでの事業を推進することはもとより、従前75歳の方を対象に実施していた「長寿歯科健診」に80歳の方を加えることで、乳幼児期から生涯にわたるすべての世代に応じた継続的な取り組みを強化することとしています。

私も区議会といたしましても、更なる区民の健康増進を目指し、歯科医師の先生方と力を合わせて、歯科保健の普及啓発に力を尽くしてまいります。

結びに、「令和」という新たな時代を迎え、葛飾区歯科医師連盟がますます発展されること、ならびに会員各位のさらなる活躍を心よりご祈念申し上げます。

葛飾区歯科医師連盟の皆様方には、日ごろから歯科診療を通じて区民の皆様の健康維持増進を図られていると同時に、専門的立場から口腔に関わる健康の知識普及に努めて頂くことで広く区民の関心を高めて頂いていることに心から敬意を表します。

日本は世界にも例を見ない長寿高齢社会に突入しています。最期の時まで明るく元気に過ごすことが大変大切な事であり、そのために重要なことの一つは健康な歯であることです。誰にも異論のないところであると考えます。自分の歯で物を食べることが生きて活力を生み出すとともに、咀嚼することで脳の活性化にも良い作用をもたらすと言われています。そのために歯科医師連盟の先生方には、80歳になっても自分の歯を20本以上残す目標を設定した「8020（はちまるにいまる）運動」を推進して頂いております。区民の誰しもが自分の歯で生涯を通じて、美味しく食べ物を召し上がっていただく事は大変重要な事であり、同時に大切なことは、その考え方を幼少期から意識させ、子ども達に、長い生涯を通じて口腔の健康維持をし

生涯を通じた

口腔ケア

葛飾区議会 議員 秋家 聡明



でもらうことであると考えます。私は、保育園の経営にも携わっておりますが、毎年6月になると虫歯予防デーを契機として歯ブラシをご家庭から持参して頂き、食後の歯磨き指導が始まります。歯科健診の日を設け、園医である歯科医師の先生に保育園に来ていただき、虫歯の有無を調べて頂いております。私が子どもの時は、虫歯で歯が痛くなり、歯科医院に行く機械で歯を削られた思いがあるためか、歯科医院には怖いイメージがあり歯医者さんは怖いものでした。しかし現在、保育園の子どもの様子を見ると、白衣を着た先生の姿を見ても怖がる子どもは少なく、平気で大きな口を開けて歯の状態を診てもらっています。このことは、きっと私のような子どもがなくなると、歯科医師の皆様方もイメージアップにご努力を続けられたのだらうと感心しております。もしかするとご家庭そのものが口腔ケアに関心が高く、子ども達の歯医者に行く機会が減り、そもそも歯科医師に対して怖いイメージが無いのかもしれません。また歯科健診の後には、毎回歯科衛生士の方による歯磨き指導をしていただいております。子ども達が楽しめるように、毎回新しい紙芝居を製作して来ていただき頭が下がる思いです。それも子ども達が小さい頃から口腔ケアに関心をもち

健康寿命と 歯科医療について

前東京都議会 議員 和泉 武彦



現在は健康寿命が注目されています。

私は在宅医療を通じて歯の健康が健康寿命を延ばすことを痛感しております。

在宅療養中の患者様のご家族から「最近食事の量が減り困っている」と相談を受けることが多々ありました。ご本人への聞き取りを行った際には、「食事は減っていな

い」とおっしゃいます。ご本人は食事が減っている自覚がなく、食事が楽しくないと感じている様子でした。患者様の好物である食事さえ、食欲がわかない様子にご家族は大変ご心配をされておりました。年齢的な問題と軽視されていることも多くありますが、細かく聞き取りをしていく中で入れ歯が合わないことがわかりました。

すぐに訪問歯科に診ていただき、やはり入れ歯が合わなくなっていたことがわかりました。患者様に合った入れ歯に変

わると食事が以前の量へ戻り、さらには食事を楽しむ姿にご家族の方は安心されておりました。患者様に合わせた入れ歯が合わなくなる事があると、ご本人やご家族の方は思いもよらなかった様子でした。

人は食事がとれなくなれば急激に体力が減少します。咀嚼が減れば、脳への刺激が減少し認知症へのリスクが高まります。歯と口腔内の状態ではどのように健康へ影響を及ぼすのか、健康寿命を延ばせるのかを患者様やご家族のみならず、医師もその重要性を知ることが大切であると感じています。

これらは、まだまだ日本人の歯への意識が低いからと考えられます。先進諸国と比較すると定期受診率は著しく低く、定期健診率1位のス

ウェーデンは70歳の残存歯数は20本。日本は驚くことに8本といわれています。

現在は「8020運動」と言われていますが、80歳までに20本残すことが日本では20-30年かかると言われている現状です。そのような状態の中で健康と歯がとも密接な関係であると広めていくことが大きな課題です。

長寿国と言われている日本ですが寝たきりで長生きするのではなく、健康寿命がいかに長く過ごせることが目標となります。

健康寿命とは、三つの柱で「運動・社会参加・栄養」と言われています。

この三つが揃って健康寿命に繋がります。また社会参加とは、さまざまな会に参加することや趣味を持つことで外へ出る機会が増え、コミュニ

ケーションを持つことで心の健康を保ちます。続いては栄養ですが、単に食事をすることだけでなく食事の内容が大切です。

食事の内容としてはバランスの良い栄養が重要になり、高齢者にはとりわけタンパク質を積極的にとっていただきたいです。なぜならば、タンパク質の摂取不足は筋力の衰えを早め、ロコモティブシンドローム（以下ロコモ）のリスク要因のひとつとして挙げられるからです。

ロコモの増加の一因として指摘されているのが、高齢者の低栄養状態です。低栄養状態に陥れば免疫力が低下し感染症のリスクが増加します。またタンパク質が不足すると筋力が作られにくく、骨も弱くなり転倒や骨折を起しやすくなります。これらが

きっかけにロコモの状態を招くこととなります。運動も重要ですが、筋力を作る栄養素が不足していれば運動の効果も軽減されます。

しかし、タンパク質を摂取するには他の栄養素と比べ咀嚼の回数が多くなり高齢者には敬遠されがちです。咀嚼には健康な歯が必要であり、咀嚼には認知症予防や運動機能の向上に繋がります。

咀嚼が減れば低栄養状態や運動機能低下を招き、家に閉じこもりがちになり様々な意欲の低下に繋がります。栄養面や認知症予防に大きく効果を発揮します。身体的な医療だけでなく、歯科医療も健康を保つには必要不可欠なのです。

在宅医療は患者様の生活を

充実した日々を過ごすためにサポートする役割を担っていると思っております。患者様の生活をサポートするには、地域連携を強化し患者様に合ったサービスを提供し、それぞれの面で支え、その人らしい生活を過ごしてもらうことです。

健康寿命と歯科医療の繋がりを知ってもらうために私は現在、スタッフのみならず他事業所の方々、患者様、介護をするご家族の方へ医療講演や院内研修を行い、一人一人の方々に歯科医療の重要性を認知していただく取り組みを行っています。

今後はさらに行政からもこのような普及・啓発活動を行っていきべきであり、歯科の重要性と行政の橋渡しを積極的に行って参りたいと思っております。

また、同時に大切なことは、その考え方を幼少期から意識させ、子ども達に、長い生涯を通じて口腔の健康維持をし

てもらうことであると考えます。私は、保育園の経営にも携わっておりますが、毎年6月になると虫歯予防デーを契機として歯ブラシをご家庭から持参して頂き、食後の歯磨き指導が始まります。歯科健診の日を設け、園医である歯科医師の先生に保育園に来ていただき、虫歯の有無を調べて頂いております。私が子どもの時は、虫歯で歯が痛くなり、歯科医院に行く機械で歯を削られた思いがあるためか、歯科医院には怖いイメージがあり歯医者さんは怖いものでした。しかし現在、保育園の子どもの様子を見ると、白衣を着た先生の姿を見ても怖がる子どもは少なく、平気で大きな口を開けて歯の状態を診てもらっています。このことは、きっと私のような子どもがなくなると、歯科医師の皆様方もイメージアップにご努力を続けられたのだらうと感心しております。もしかするとご家庭そのものが口腔ケアに関心が高く、子ども達の歯医者に行く機会が減り、そもそも歯科医師に対して怖いイメージが無いのかもしれません。また歯科健診の後には、毎回歯科衛生士の方による歯磨き指導をしていただいております。子ども達が楽しめるように、毎回新しい紙芝居を製作して来ていただき頭が下がる思いです。それも子ども達が小さい頃から口腔ケアに関心をもち

であることは間違いありません。歯科医師の皆様方のご努力は、保育園での歯科医師の先生方の姿からも強く感じているところでもあります。

まだまだ私には気が付かないところで、様々なご努力を歯科医師連盟の先生方になされていることと存じます。

す。食事の際、一口三十回以上噛むことを奨励する「健康食育嚙ミング30(カミングサンマル)」という、より健康的な生活を目指す運動も展開されているとお聞きいたしました。皆様方の活動は、人の一生を通して、幼児期にあつては虫歯予防、成長期に

あつては健康な身体作り、高齢期にあつては最後の活力があり元気な毎日をご過ごす基礎作りに大きく貢献するものがあります。

私も微力ではありますが、区議会の活動を通して皆様方のご努力が区民の健康増進に繋がりを、いつまでもお元気に

過ごして頂けるよう、皆様方の活動を積極的に支援して参ります。

葛飾区歯科医師連盟のさらなる発展と会員の先生方のますますのご活躍を心からご祈念申し上げます。ご挨拶とさせていただきます。

で食べる楽しみを味わえるように」との願いをこめて、80歳になっても自分の歯を20本以上残すことを目標に「8020(はちまるにいまる)運動」が推進され、さらに、現在は60歳で歯を24本残す「6024」運動が展開されているとお聞きしています。

ごすためにも大切と考えております。

当然ですが、よく噛むことのできる丈夫な歯は、バランスの良い食事ができ、食べ物の消化の一助となり、肥満、糖尿病など成人病を予防したり、また、脳を刺激し認知力、スキルの軽減になったり、病気の発症や予防など様々な効果をもたらす、身体全体の健康につながると感じています。

状態を「フレイル」ということを、ある機会で見知りました。そして、口腔機能の低下や摂取可能な食品の制限など口の機能に関する衰えを「オーラルフレイル」というのですが、口には食べ物や飲み込み込む栄養摂取の入り口と、人との会話を行うコミュニケーションの窓口という二つの大きな役割があります。

技術の中で、歯科医師連盟の皆様が中心となり、今後とも切磋琢磨され、区民の歯科診療に努めていただくことが、何よりと感じております。

加えて、高齢化の進行する中での訪問歯科診療の充実など皆様方が中心となり、なお一層ご尽力をいただければと思うところであります。

私も微力ではありますが、歯科医師連盟の皆様方が安心して歯科診療に取り組んでいただけるよう、積極的に支援してまいりたいとお誓いするとともに、葛飾区歯科医師連盟並びに先生方のますますのご活躍とご発展を心からご祈念申し上げます。

そして、最後に私事で恐縮ですが、大変お世話になりました、足立勝正先生が一昨年の11月にお亡くなりになったことに対して、衷心よりご冥福をお祈りいたし、私のご挨拶といたします。

健康長寿は 歯のケア習慣から

葛飾区議会 議員 秋本とよえ



平素から、葛飾区歯科医師連盟の緒先生方には、一方な

らぬご指導、ご鞭撻をいただき、心より感謝申し上げます。

また、先生方には、歯科診療を通じて、区民の皆様方の口腔の健康に関しての知識普及に努めていただくとともに、様々な活動や専門的見地から区民の健康増進に力強い

ご支援をいただき、心より感謝をいたします。

私は、平成21年に区議会議員に当選させていただきました。現在三期目の半ばを迎えようとしております。

この間、多くのご意見ご要望を真摯に受け止め、微力ながらも皆様のご期待にそえるよう、区政の抱える諸課題に取り組んでまいりました。

議員は申すまでもなく区民の方々から陳情や相談を受けると、人と直接お会いしてお話する機会が多くありま

す。当然ですが、その時は、相手のお顔を見てお話を伺うことになり、口元の印象により、その人そのものの印象が違ってくるのが多々あります。

歯のケアをしつかりされている方は顔だけでなく全体的に明るさを感じます。

さて、以前、歯科保健の標語で「よい歯で、よく噛み、よい体」、あるいは「(口)歯は健康の源」と言われていたのを記憶しております。

その後、「生涯、自分の歯

は軽い人から重い人まで様々ですが、すべての人が咬合支持を失った状態で、咀嚼はほとんど出来ず顎堤や残根で流動食を摂っていると、介護ヘルパーの人が言っています。

昔から「よく噛む人はボケにくい」と言われています。今から約20年前に、世界保健機構(WHO)とアメリカ国立老化研究所(NIA)が共同で日本を含む6か国のアルツハイマー病患者1385名を対象に行われた調査では、「歯の喪失」が危険因子のひとつとして取り上げられました。その後、日本でもいくつかの疫学研究が報告されており、最近では、高齢者4425名を対象に大規模な追跡調査が行われ、「歯がほとんどなく、義歯も使用していない

人」あまり噛まない人」は認知症に罹患するリスクが高いことが報告され、認知症と口腔機能との因果関係が明らかになりました。

高齢者が外出先で道に迷ってしまったり、家に戻れない迷子現象は、高齢期に咀嚼が出来なくなると、空間認知機能障害が起こるようです。逆に高齢期に咀嚼が十分できると、加齢による認知機能の低下を抑制することも最近の脳機能の研究から明らかになっています。

日本老年医学会が「胃腸」を制定したように、経口摂取の重要性が社会的に広がってきています。咀嚼が単なる摂取や消化に止まらず全身の健康増進に寄与していることも明らかになってきています。

私達が日々行っている診療、口腔ケアは少子高齢化の進む日本において非常に重要なこととす。

厚労省によると、現在高齢期に認知症になる人の割合は、7人に1人ですが2025年には、5人に1人になると言われています。より多くの区民に、より早期に「かかりつけ歯科医」を持つてもらいたい、歯の喪失を防ぎ、口腔機能の保持増進を図ってもらうことが重要です。

本会では、各種健診事業を通じ「かかりつけ歯科医」の定着を図り、歯周病、齲蝕の予防、口腔機能の保持増進を進めていきます。昨年1月から、地域包括ケアシステム構築の一環として、大学病院の摂食嚥下リハビリテーション

かかりつけ歯科医の 定着を目指して

公益社団法人葛飾区歯科医師会

会長 勝俣 文良



葛飾区歯科医師連盟の先生方には、日頃から葛飾区歯科医師会の事業活動にご協力いただき心より感謝申し上げます。本会は、公益社団法人として区民のお口の健康の保持

増進と「かかりつけ歯科医」の定着をめざして、日々地域医療活動を続けております。妊婦歯科健診に始まる、各ライフステージに沿った歯科健診事業をはじめ、ひまわり歯科診療所、たんぼ歯科診療所の運営は、行政と深く関わるため、公益法人としての対応だけでは限界があります。連盟が存在することで、行政、議員の先生方、歯科医師

会の関係が円滑に機能し本会の活動がスムーズになるものと理解しています。今後も、バイクの前輪、後輪としての役割をもちつつ、区民のお口の健康増進のためにご協力のほどお願い申し上げます。

私の診療所の近くに認知症の高齢者を介護する施設があり、歯科疾患を患った方が時々訪れます。認知症の程度

は軽い人から重い人まで様々ですが、すべての人が咬合支持を失った状態で、咀嚼はほとんど出来ず顎堤や残根で流動食を摂っていると、介護ヘルパーの人が言っています。

昔から「よく噛む人はボケにくい」と言われています。今から約20年前に、世界保健機構(WHO)とアメリカ国立老化研究所(NIA)が共同で日本を含む6か国のアルツハイマー病患者1385名を対象に行われた調査では、「歯の喪失」が危険因子のひとつとして取り上げられました。その後、日本でもいくつかの疫学研究が報告されており、最近では、高齢者4425名を対象に大規模な追跡調査が行われ、「歯がほとんどなく、義歯も使用していない

人」あまり噛まない人」は認知症に罹患するリスクが高いことが報告され、認知症と口腔機能との因果関係が明らかになりました。

高齢者が外出先で道に迷ってしまったり、家に戻れない迷子現象は、高齢期に咀嚼が出来なくなると、空間認知機能障害が起こるようです。逆に高齢期に咀嚼が十分できると、加齢による認知機能の低下を抑制することも最近の脳機能の研究から明らかになっています。

日本老年医学会が「胃腸」を制定したように、経口摂取の重要性が社会的に広がってきています。咀嚼が単なる摂取や消化に止まらず全身の健康増進に寄与していることも明らかになってきています。

私達が日々行っている診療、口腔ケアは少子高齢化の進む日本において非常に重要なこととす。

厚労省によると、現在高齢期に認知症になる人の割合は、7人に1人ですが2025年には、5人に1人になると言われています。より多くの区民に、より早期に「かかりつけ歯科医」を持つてもらいたい、歯の喪失を防ぎ、口腔機能の保持増進を図ってもらうことが重要です。

本会では、各種健診事業を通じ「かかりつけ歯科医」の定着を図り、歯周病、齲蝕の予防、口腔機能の保持増進を進めていきます。昨年1月から、地域包括ケアシステム構築の一環として、大学病院の摂食嚥下リハビリテーション

技術の中で、歯科医師連盟の皆様が中心となり、今後とも切磋琢磨され、区民の歯科診療に努めていただくことが、何よりと感じております。

加えて、高齢化の進行する中での訪問歯科診療の充実など皆様方が中心となり、なお一層ご尽力をいただければと思うところであります。

私も微力ではありますが、歯科医師連盟の皆様方が安心して歯科診療に取り組んでいただけるよう、積極的に支援してまいりたいとお誓いするとともに、葛飾区歯科医師連盟並びに先生方のますますのご活躍とご発展を心からご祈念申し上げます。

そして、最後に私事で恐縮ですが、大変お世話になりました、足立勝正先生が一昨年の11月にお亡くなりになったことに対して、衷心よりご冥福をお祈りいたし、私のご挨拶といたします。



会務報告

- 3月8日(金) KDFから版第5号発行
- 3月10日(日) 「秋本とよえ」新春の集い
- 3月16日(土) 「青木区長」区政報告会
- 3月23日(土) 平成31年度事業計画書・予算書 掲示
- 3月28日(木) 都連 第127回評議員会
- 4月12日(金) 第1回定例理事会
- 4月22日(月) 三師会共催「葛飾区たけみ敬三先生を囲む会」
- 4月26日(金) 都連 城東地区連合会/第1回代表者・専務会
- 5月8日(水) 第1回三役会
- 5月10日(金) 第1回広報部会
- 5月22日(水) 第2回定例理事会
- 5月24日(金) 都連 第1回支部長・代表者会
- 5月24日(金) 第1回監査会
- 5月31日(金) 都連 城東地区連合会デンタルミーティング
- 6月5日(水) 都連主催・中央ブロック共催「総決起大会」
- 6月12日(水) 第2回広報部会
- 6月12日(水) 第1回選挙管理委員会
- 6月18日(火) 第3回定例理事会
- 6月18日(火) 都連 第128回評議員会
- 6月22日(土) 「平沢勝栄」国政報告会
- 6月24日(月) 第3回三役会
- 6月26日(水) 第4回定例理事会
- 7月8日(月) 葛飾連盟広報(第17号)発行