



歯ッッピー

「歯ッッピー」では、歯の健康に関する最新情報をお届けします。

発行 本庄市児玉郡歯科医師会



平成27年3月7日

平成26年3月25日に本庄市において歯科口腔保健の推進に関する条例が制定されました。

条例制定後初の本庄市児玉郡歯科医師会と本庄市のコラボレーションイベントが開催されました。

歯と口の健康週間特別企画 ～あなたの息はさわやかですか？～



平成26年6月12日(木)本庄市役所大会議室にて、『口臭』についての講演を開催いたしました。

当日は、悪天候にも関わらず100名近い受講者に参加してもらいました。はじめに、吉田信解市長・高柳育行会長から挨拶をいただき、角田正健先生に、口臭の原因・口臭の分類・治療法などについて講演をしていただきました。

先生からは、

1. 口臭があるのではないかと悩まない。
2. 心配なら病院(専門外来)を受診する。
3. 口臭の原因は口腔内の病気である。
4. 年1回は口腔内検診を受診する。

とまとめていただきました。

また、市役所1階では、午前10時より当歯科医師会会員による「歯と口の健康週間事業」の体験型イベント「よい歯のフェスティバル2014」が開催されました。

その内容はフッ化物洗口・カムカムチェックガム・RDテスト・歯磨き体験・歯周病説明・位相差顕微鏡・口臭測定・歯科相談・口輪筋、舌圧筋測定・唾液流出量測定です。

今回は角田正健先生の「口臭」の講演会に合



わせて、体験型イベント初導入の口臭測定を行いました。口臭測定体験に参加された皆さんには大変好評で、測定結果をみて安心される方や、これから気を付けるには、どうしたら良いのか相談される方もいらっしゃいました。

時折、本庄市のゆるキャラのはにぼんが登場して多くの方に囲まれてとても和やかな雰囲気イベントが終了しました。体験型イベントも100名近くの方が、参加されました。



平成25年6月14日に神川町において歯科口腔保健の推進に関する条例が制定されました。

神川町歯科口腔保健の推進に関する条例制定の記念講演会

平成26年1月12日(日)、児玉郡神川町の神川町中央公民館において、神川町歯科口腔保健の推進に関する条例制定の記念講演会が増田純一先生、河原英雄先生を講師にお招きして「命の入り口、心の出口」というテーマで行われました。

初めに増田純一先生により「噛むから始める健康づくり～小児編～」のタイトルで講演が始まりました。

口腔機能を回復させることにより、その人の生活スタイル、小児に至っては将来までも変えられるということ、ゆっくりと説得力のある口調で数々の症例に動画を駆使して分かりやすく教えて頂きました。増田先生は小児の機能不全は遺伝でも生まれつきでもない、噛むトレーニングをすることにより本来のよく噛める美しい口元を育てることができると熱心にお話し下さいました。歯の健康の土台づくりは、歯が生えてから歯磨きをしっかりおこなうことだけではなく母乳を飲む時から舌を良く使い、口唇、口喉の筋肉が鍛えられることで正しい

噛み方の学習は始まっており、子供の食事に手助けをしすぎたり、時間がなくて離乳食を口の奥に押し込むようなことをしていると口腔機能の成長を妨げてしまう可能性があるそうです。また食事の際に上唇が機能していない・一口で食べる量が分からずほおぼる・押し込んで食べているなどは、歯並びが悪くなってしまう可能性があり、顔の歪み、健康に影響を及ぼしてしまいます。上手に食べられなくても、自分でしっかり噛んで食べることで一口で食べる量を覚え、食べる意識、味覚が育つのだそうです。「歯は命の柱。そのスタートは乳歯。」「噛むは脳健美力」噛むことで刺激が脳に伝わり、人間力を高め、意欲を与え、目の輝きのある子を育てることが出来る

とのことでした。続いて「噛む」の演題で河原先生の講演です。



いかに噛むという咀嚼行為が人間の若返り、延命に重要かということをお話し下さいました。先生は義歯による口腔機能の回復が患者様の生活にどのように影響を与えるかを非常に興味深い動画を使って紹介して下さいました。初診の際には家族に支えられながら来院し、ユニットに座らせるにも苦労した患者さんが、保険で制作した義歯を装着して4ヶ月、自ら歩行し運転するまで驚異的に回復した映像が映し出されると、会場から感嘆の声が聴かれる場面もありました。

今回、歯医者だけが頑張るのではなく患者さんとまた家族と一緒に頑張ること、口腔機能を回復させることで、その人の生活スタイルまでも回復させられることが出来るなど数々の症例を通じて教えていただきました。

条例の制定、施行に伴いそれぞれのライフステージにおける口腔保健が充実されていきます。

お知らせ 本庄市児玉郡歯科医師会では本庄市・上里町・美里町・神川町の無料歯周疾患検診を行っております。詳しくは各自治体の広報紙などで御確認下さい。



<p>■本庄市</p> <p>黒崎 歯科医院 本庄 22-4415</p> <p>石原 歯科医院 銀座 22-3244</p> <p>内野 歯科医院 傍示堂 22-2817</p> <p>田島 歯科医院 駅南 22-3342</p> <p>中央 歯科医院 駅南 21-1807</p> <p>保間 歯科クリニック 見福 21-6480</p> <p>宮本 歯科医院 中央 24-1182</p> <p>高柳 歯科医院 南 22-6480</p> <p>佐藤 歯科医院 中央 22-4669</p> <p>鈴木 歯科クリニック 小島南 22-4188</p> <p>江川 歯科医院 東台 22-2757</p> <p>藤林 歯科医院 駅南 22-2195</p> <p>スエヒロ 歯科医院 緑 24-0040</p> <p>石井 歯科医院 早稲田の杜 24-2305</p>	<p>日の出 木村 歯科 日の出 22-6488</p> <p>飯塚 歯科医院 中央 24-6166</p> <p>竹内 歯科医院 小島 21-8817</p> <p>さかぐち 歯科医院 朝日町 23-0399</p> <p>牛久保 歯科医院 銀座 24-8241</p> <p>福島 歯科 小島 22-0055</p> <p>やしろ 歯科医院 本庄 21-8846</p> <p>見福 歯科医院 見福 24-6201</p> <p>もとまち 江川 歯科医院 本庄 23-3817</p> <p>もろおか 歯科 五十子 21-0222</p> <p>やない 歯科医院 見福 22-7727</p> <p>なかむら 矯正 歯科医院 見福 25-5888</p> <p>田端 歯科医院 児玉 72-0453</p> <p>春山 歯科医院 児玉 72-0472</p> <p>倉林 医院 歯科 児玉 72-0332</p>	<p>茂木 歯科医院 八幡山 72-4125</p> <p>大畑 歯科医院 児玉 72-1182</p> <p>浜坂 歯科医院 蛭川 72-8841</p> <p>中林 歯科 吉田林 72-7884</p> <p>木田 歯科医院 八幡山 73-1200</p> <p>本庄 デンタル・クリニック けや木 23-1259</p> <p>■上里町</p> <p>上里 歯科医院 七本木 33-0141</p> <p>関根 歯科医院 神保原 33-3009</p> <p>斎藤 歯科医院 三町 33-2310</p> <p>坂本 歯科医院 七本木 33-8989</p> <p>竹上 歯科医院 七本木 33-9002</p> <p>嶋崎 歯科医院 神保原 34-1383</p> <p>このみ 歯科クリニック 七本木 35-3877</p>	<p>戸矢 歯科医院 七本木 35-2000</p> <p>たなか 歯科クリニック 神保原 33-3771</p> <p>ひきま 歯科クリニック 七本木 35-3939</p> <p>■美里町</p> <p>宮澤 歯科クリニック 猪俣 76-1455</p> <p>杉田 歯科医院 甘粕 76-3855</p> <p>深町 歯科医院 小茂田 76-5544</p> <p>■神川町</p> <p>前川 歯科医院 二ノ宮 77-4978</p> <p>西村 歯科医院 熊野堂 77-0648</p> <p>ひかる 歯科クリニック 植竹 77-1418</p>
---	--	--	--

本当にこわい歯周病

医師会や医師会が関係する医科歯科連携の主要なテーマの一つとなっています。

「歯周病」は「むし歯」とともに歯科における二大疾患の一つであり、高血圧や糖尿病、メタボリックシンドロームなどと同様に生活習慣病のひとつとして位置づけられています。成人の約8割の人が歯周病にかかっているといわれ、まさに国民病といえる状況です。歯周病は歯周病菌による感染が原因で、歯肉の腫れや痛み、歯肉からの出血や歯の動揺、かみ合わせの不調や歯の喪失などの口腔内の症状を引き起こされますが、最近の研究で、今まで考えられていた以上に、多くの全身疾患と深くかかわっていることがわかってきました。糖尿病・肺炎・脳梗塞・心臓血管疾患・肥満・認知症・低体重児出産などとの



関係が明らかになってきています。が今回は代表的な糖尿病と肺炎との関係にふれていきたいと思います。

『歯周病と糖尿病の関係』

糖尿病患者さんが歯周病になりやすいといわれていますが、これは、糖尿病により歯周組織の微小血管が障害を受け局所の免疫機構が低下し、歯周病菌に感染し易くなるためにおこり、以前よりたびたび取り上げられていました。しかし、最近では反対に、「歯周病が糖尿病を悪化させ、また、歯周病を治療することで糖尿病が改善する」と言われています。

歯周病菌が産生する毒素(LPS)を白血球(マクロファージ)が退治するときにTNF-αという物質が作られ、これが血糖値を下げるインスリンの働きを阻害するのです。また、血行に乗って肝臓に達した歯周病菌の抗原によって肝臓の働きを弱め糖の代謝に悪影響を与えます。中等度の歯周病の患者さんを歯科医院でメンテナンスすると、糖尿病の指標のHbA1cを1%程度改善させたという報告も報告されています。このように、歯周病と糖尿病は密接な関係があり、歯科

『歯周病と誤嚥性肺炎の関係』

日本人の死亡原因ワースト3は、長い間1位・ガン、2位・心疾患、3位・脳血管疾患でしたが、肺炎による死亡数が増加してきて、2012年には肺炎が第3位になりました。そして肺炎のうちの80%が「誤嚥性肺炎」という肺炎だとされています。

誤嚥とは、飲食物や唾液が食道ではなく誤って気管に入ってしまうことで、たれでも時々起こしているといわれています。健康者では通常その時に自然とむせたり咳が出たりします。これは肺や気管を守るようにする生理的反応です。しかし、高齢者の方や障害者の方は口腔や咽頭の機能が低下している場合が多く、かなりの頻度でそのまま誤嚥をしてしまいます。唾液や飲食物とともに細菌が肺に入ってしまう誤嚥性肺炎を起こすのです。歯周病菌は病原性が高く、誤嚥性肺炎の原因菌の主役になっています。お口の中をいつもきれいにしておくことは肺炎予防にとって重要なことで、口腔ケアが大切になります。それと同時に、噛み砕きそれを飲み込みむ機能損食(嚥下)を鍛える口腔リハビリも肺炎予防につながります。歯科医師会で昨年各地で行ったラビリンツレーナーを使ったお口の体操もその一つです。

今回「糖尿病と肺炎」を取り上げて歯周病の恐ろしさを説明しましたが、歯周病は前述のように生活習慣病ですので、毎日のブラッシングやかかりつけ歯科医院での定期的なチェックと専門的クリーニングが大切になります。歯科医師会員は各地域の健診事業に協力して、皆様のお口の健康が体の健康につながることを目指しております。



本庄市 歯の健康まつり

平成26年6月26日(木)午前10時より、本庄市役所にて「平成26年度 本庄市歯の健康まつり」が開催されました。当日は、大変蒸し暑い日となりましたが、本庄市老人クラブ連合会の協力により41名の方に参加していただくことができました。



最初に噛むカムチェックガム(オーラルケア)を使用して、お口の若さチェックを行いました。2色のガムを同時に口の中へ入れ、30回噛んでいたが、中には充分噛んでいる人もいて、その中で特に優秀だった上位2名に、黒崎先生から賞品が贈られました。

次に、ビデオ学習として「老化防止は口と歯から」(NHK団塊スタイル)を放送しました。「口が乾く」「口臭」「噛めない」など、シニアになると増える口の悩みですが…。そんな悩みを解消しようと「口の老化度」検査を受けた女性を紹介したり、さらに中高年に増えているドライマウス(乾燥口)の症状を説明したり…。噛む力を鍛える体操や、最新の研究も交えながら、今からでも遅くない口を健康に保つ方法をお伝えする内容でした。皆さん身近な事柄であったため、興味深く見ていました。

参加者のアンケートを見ると、多くの方から、今回の健康まつりは大変良かったと、返事をいただくことができました。また、歯科医師会の会員の先生方が地域のために様々な場所で活動していることをアピールできる良い機会になりました。



上里町8020よい歯のコンクール表彰式

平成26年5月15日(木)上里町老人クラブ連合会大会開催の上里町多目的スポーツホールにおいて、大会終了後、昼食及びアトラクションの前に平成25年度上里町8020よい歯のコンクール表彰式がおこなわれました。対象者3名のうち出席いただけた2名に対し、関根上里町町長代理の下山教育長から町長・歯科医師会長連名の表彰状が授与され、高柳会長から記念品が贈られました。今回から、老人会に所属しない方もその場で表彰を受けていただけることになりました。



神川町8020よい歯のコンクール表彰式

平成26年10月19日(日)午後1時より、秋晴れのもと神川ゆーゆーランドにおけるコスモスまつりにおいて神川町8020よい歯のコンクール表彰式が行われました。出席の対象者に神川町長から町長・歯科医師会長連名の表彰状が授与され、高柳会長から記念品が贈られました。表彰者からは、感謝の声をいただきました。



本庄市8020よい歯のコンクール表彰式

平成27年2月16日(月)本庄市老人福祉センター「つきみ荘」にて行われた本庄市老人クラブ連合会と本庄市主催の第18回生き生きシルバー芸能発表会において、平成27年度本庄市「8020よい歯のコンクール」表彰式が行われ、歯科医師会推薦の8020達成者に本庄市長・歯科医師会長連名の表彰状が市長代理の飯塚地域保健部長から、歯科医師会からの記念品が高柳会長から贈られました。



美里町8020よい歯のコンクール表彰式

平成26年10月26日(日)美里町保健センターにて、美里町健康まつりが開催されました。歯っぴー相談コーナーでは歯科健診や、歯科衛生士の協力によりブラッシング指導等も行われました。健診希望者が、受付時間中途絶えることなく、大変賑わっていました。11時30分からは「8020よい歯のコンクール」表彰式が行われました。対象者5名で当日出席した3名に、原田町長から表彰状、藤林副会長から記念品が贈られました。保健センター内にいた大勢の方々から、大きな拍手で祝福されました。



80歳以上でも20本以上自分の歯を保とうという運動です。「8020」は「ハチ・マル・ニ・イ・マル」と読み、平成元年、厚生省(現・厚生労働省)と日本歯科医師会が提唱し、自治体、各種団体、企業、そして広く国民に呼びかけてきました。少なくとも20本以上自分の歯があれば、ほとんどの食物を噛み砕くことができ、おいしく食べられるので、「生涯、自分の歯で食べる楽しみを味わえるように」との願いを込めてこの運動が始まりました。本庄市児玉郡歯科医師会会員の歯科医院では、80歳以上で20本以上の歯のある方を審査して各自自治体に推薦しています。来年度、我こそはと思われる方は名簿にある歯科医院に連絡し、診査を受けてください。

平成26年度 上里ふれあい祭り

平成26年11月2日(日)に上里町堤調節池グランドにおきまして、上里ふれあいまつりが行われました。当日は、お天気にも恵まれ秋晴れの快晴になりました。また、今回は4回目の参加にして初めて、かみさとふれあい祭りの壇上で本庄市・児玉郡歯科医師会が呼ばれることとなり、藤林副会長がご挨拶されました。

午前10時から、いよいよイベントがスタートしました。毎年、歯科医師会のイベントコーナーを待ち望まれている方達もいらしており、すぐに長蛇の列が出るほどの人だかりになりました。今年から初めての試みである模型体験コーナーでは、自分の指の型を取ることに興味津々の親子の姿や自分の指の石膏模型を見て笑っている人達の姿も多くみられました。衛生士の田原さんや飯島さんの巧みな印象材の扱いや歯科技工士の横田さんの石膏流しは、プロ意識を感じさせるものがありました。さすがです!!

また毎年、歯科医師会のイベントに協力参加していただいております葵メディカルアカデミーの学生達によるTBI&位相差顕微鏡コーナーでは、年々レベルアップした学生さん達の対応に目を見張るものがありました。お口の若さチェックである舌圧、口輪筋、握力、肺活量では、いつも以上に人だかりができ、午後1時には在庫品が直ぐに無くなってしまった状況になりました。その他、フッ化物洗口コーナーでは、来年から上里町の小中学校で行われるフッ化物洗口を前に是非体験しておこうという方もいらしており、にぎわっていました。カムカムチェックガム&RDテストでは、咀嚼能率の結果を少しでも上げよう



と必死になっている人達や、ガムの欲しさに吸い寄せられる子供たちもいました。さらに口臭測定コーナーでは普段人には相談できない内容の事柄としては是非チェックしてみたいという方も多くみられました。なんでも歯科相談では、日頃からお口の悩みを持ちながら、なかなか先生に相談できない悩みをもった方もいらしていました。そして毎年恒例の景品コーナーでは、長蛇の列ができ、会場内に鳴り響く鐘の音が、なんとも言えない、お祭りらしい雰囲気を出していたのは言うまでもありません!!

あまりの人の多さに午後になると、石膏模型コーナー、口臭測定、口輪筋・舌圧測定など、品切れし終了してしまうブースが続出してきました。去年を上回る勢いで400名以上の人が参加体験してくれました。午後3時のイベント終了時間前にすべてのブースが無事に終了し、みなさん一丸となって後片づけを始めました。今年から、上里町のさらなる協力もあって、すべてのゴミも処分して頂くことができました。



上里町フッ化物洗口事業 保護者説明会の開催

神川町、本庄市に続いて上里町でもフッ化物洗口事業を行うことになり、上里町の5つの小学校で保護者説明会が開催されました。上里東小学校・賀美小学校・長幡小学校の3校が10月31日(金)、神原原小学校は11月1日(土)、七本木小学校は11月5日(木)に行われました。各校の校医の先生方がフッ化物洗口の安全性や予防効果を説明して下さいました。保護者の方々も大変納得されていたようです。

今後も、我々本庄市児玉郡歯科医師会はフッ化物洗口事業に協力してまいります。

