



歯ッピー

「歯ッピー」では、歯の健康に関する最新情報を届けします。

発行・本庄市児玉郡歯科医師会



平成28年1月1日
No.005

健康は健口から

私たち本庄市児玉郡歯科医師会は、住民のみなさんのお口の健口を守るために、次のような事業を行っています。

- マタニティー検診



- 1歳6か月児歯科健診
- 2歳児歯科健診
- 3歳児歯科健診
- 3歳6か月児歯科健診
- 5歳児歯科健診
- 就学児検診

- 小学校、中学校、高校の学校検診

- フッ化物洗口事業への協力
- むし歯予防週間に体験型イベントを開催
- 歯・口の健康に関するポスター・標語の地区審査
- 学校歯科保健コンクール地区審査
- 上里ふれあい祭りへの参加協力
- 児玉郡市学校保健会への協力



- 節目検診の無料歯周疾患検診
- 看護学校への講師派遣
- 警察協力医の派遣
- 広報ほんじょうへの原稿協力
- 埼玉新聞への原稿協力

- 住民検診
- 事業所歯科検診
- 年末年始の休日診療
- 災害時保健医療活動

- 介護保険への認定医の派遣

- 8020運動の審査・表彰
- 本庄市社会福祉協議会評議員の派遣
- 本庄いきいき教室など各種講演に講師派遣
- 歯科医院への通院が困難な方への歯科治療のご相談
- 訪問診療を行っている歯科医院のご紹介【会員の先生のみ】
- 病院に入院中の患者様の口腔アセスメント



本庄市児玉郡歯科医師会は、みなさんのお口の健口を生涯を通じて、全力でサポートしております。
みんなの笑顔のために

【地域在宅歯科医療推進拠点のご案内】

在宅または
施設にて
療養中の方



または、ご家族
介護士
施設関係者の方

電話をかける

在宅歯科医療
推進窓口

訪問歯科診療
※場合によっては
移送後に歯科医院で診療

歯科相談

埼玉県では平成26年度より『在宅歯科医療推進窓口』を県下19か所に設け、在宅並びに医療・介護施設入居者に対して、歯科相談や在宅歯科医療の依頼に対応しており、埼玉県歯科医師会がその運営にあたっております。これは歯科保健医療を必要としている方々に、人生のあらゆるステージに於いて切れ目のない歯科医療を提供し、生活の質(QOL)の向上を図るとともに、地域包括ケアシステムの中で歯科医療に関わって、その一翼を担うことを目的にしています。本庄市児玉郡歯科医師会でも表記のように窓口が開設され、専属の歯科衛生士が皆様の歯科に関する相談を受け付けております。



本庄市児玉郡歯科医師会所属の歯科医師が訪問歯科診療を実施します。

本庄市児玉郡地区在宅歯科医療推進窓口地域拠点

TEL 080-2164-8020

月～金 10:00～15:00 (祝日・年末年始除く)

お知らせ

<http://honjo-kodama-da.com>

本庄市児玉郡歯科医師会の公式ホームページのアドレスはこちらです。

(歯科医師会会員の検索・年末年始休日診療当番医のお知らせ・各種イベントのお知らせなど。)

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。

児玉郡
歯科医師会
この地域社会に貢献する

■本庄市

黒崎歯科医院	本庄 22-4415
石原歯科医院	銀座 22-3244
内野歯科医院	傍示堂 22-2817
田島歯科医院	駅南 22-3342
中央歯科医院	駅南 21-1807
保間歯科クリニック	見福 21-6480
宮本歯科医院	中央 24-1182
高柳歯科医院	南 22-6480
佐藤歯科医院	中央 22-4669
鈴木歯科クリニック	小島南 22-4188
江川歯科医院	東台 22-2757
藤林歯科医院	駅南 22-2195
スエヒロ歯科医院	緑 24-0040
石井歯科医院	早稲田の杜 24-2305

日の出木村歯科

飯塚歯科医院	日の出 22-6488
竹内歯科医院	中央 24-6166
さかぐち歯科医院	小島 21-8817
牛久保歯科医院	朝日町 23-0399
福島歯科	銀座 24-8241
やしろ歯科医院	小島 22-0055
見福歯科医院	本庄 21-8846
もとまち江川歯科医院	見福 24-6201
もうおか歯科	本庄 23-3817
やない歯科医院	五十子 21-0222
なかむら矯正歯科医院	見福 22-7727
田端歯科医院	見福 25-5888
春山歯科医院	児玉 72-0453
倉林医院歯科	児玉 72-0472
	倉林 72-0332

茂木歯科医院

大畠歯科医院	八幡山 72-4125
浜坂歯科医院	児玉 72-1182
中林歯科	蛭川 72-8841
木田歯科医院	吉田林 72-7884
本庄デンタル・クリニック	八幡山 73-1200
けや木	けや木 23-1259
上里歯科医院	七本木 33-0141
関根歯科医院	神保原 33-3009
斎藤歯科医院	三町 33-2310
坂本歯科医院	七本木 33-8989
竹上歯科医院	七本木 33-9002
嶋崎歯科医院	神保原 34-1383
このみ歯科クリニック	七本木 35-3877

戸矢歯科医院

たなか歯科クリニック	七本木 35-2000
ひきま歯科クリニック	神保原 33-3771
七本木	七本木 35-3939
■美里町	
宮澤歯科クリニック	猪俣 76-1455
杉田歯科医院	甘粕 76-3855
深町歯科医院	小茂田 76-5544
■上里町	
前川歯科医院	二ノ宮 77-4978
西村歯科医院	熊野堂 77-0648
ひかる歯科クリニック	植竹 77-1418
■神川町	

この地域社会に貢献する

平均寿命と健康寿命の違い

平均寿命とは…

ある年に生まれた人が、平均して何年生きることができるのかの年数が平均余命であり、一般に0歳児の平均余命が平均寿命となります。



健康寿命とは…

病気などで日常生活が制限されることなく、自立的に生活できる期間のことです。世界保健機関(WHO)が健康の指標として提唱しています。厚生労働省は、国民が健康な状態で過ごせる期間の指標として2010年時点の健康寿命を初めて公表しました。2013年が2回目です。

男性健康寿命上位5県	女性健康寿命上位5県	順位	男性健康寿命下位5県	女性健康寿命下位5県
愛知県 71.74年	静岡県 75.32年	1位	青森県 68.95年	滋賀県 72.37年
静岡県 71.68年	群馬県 75.27年	2位	高知県 69.12年	広島県 72.49年
千葉県 71.62年	愛知県 74.93年	3位	長崎県 69.14年	大阪府 72.55年
茨城県 71.32年	沖縄県 74.86年	4位	大阪府 69.39年	福岡県 72.72年
山梨県 71.20年	栃木県 74.86年	5位	岩手県 69.43年	徳島県 72.73年

※データは、厚生労働科学研究費補助金「平成22年 健康寿命における将来予測と生活習慣病対策の費用対効果に関する研究」をもとに作成しています。

■埼玉県=男性健康寿命18位70.67年、女性健康寿命38位73.07年

2013年の日本の健康寿命は男性が71.19歳、女性が74.21歳で男女とも世界一でした。2013年の日本の平均寿命は男性が80.21歳、女性が86.61歳でした。2014年の日本の平均寿命は男性が80.50歳、女性が86.83歳です。

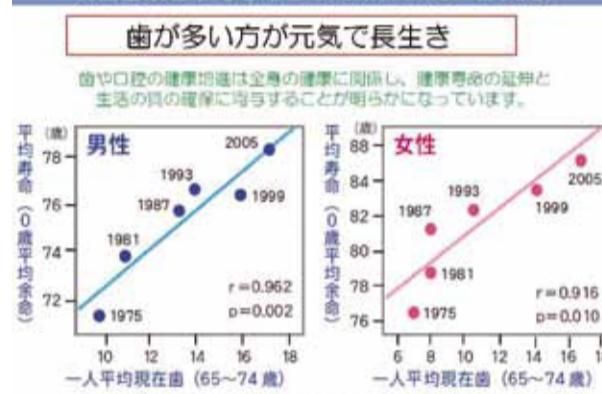
平均寿命と健康寿命の差が男性・女性ともに約10年間あります。この約10年間は、寝たきりや、それに近い状態で過ごすことを意味しています。要介護の方を支える事とは本人はもとより、その家族や社会全体に負担がかかります。そうならないためにも、しっかりと口から食べることが大切です。なるべく多くの歯を残し、歯を失った方は入れ歯等でしっかり噛めるようにならなければなりません。そのためにも毎日の歯ブラシは重要です。

しかし、毎日しっかりと歯を磨いているつもりでも、磨き残しが全くないという事はほとんどありません。その磨き残した歯垢は、やがて固くなってしまい、そのままでは歯石になってしまいます。そのようにならないためにも、半年に1回、かかりつけの歯科医に行って、自分で取ることの難しい歯垢や歯石を取ってもらうことが大変重要です。

そして、『歯を残して口腔の機能を維持することが健康寿命を延ばすことにつながる』というデータをいくつか紹介します。まずははじめに、歯が多い方が長生きできることが下のグラフからわかります。また、今や癌、心臓病に続いて日本人の死亡原因の第3位になっている肺炎については、『肺炎と口腔ケアの調査』で、その発症を口腔ケアをすることで40%減少させることができたという研究もあります。そのほか『歯数・義歯使用と認知症発症との関係』では、歯を失って義歯を使用していない場合、認知症発症リスクが最大で1.9倍になるそうです。『歯数と転倒リスクの調査』では、20歯以上歯が残っている方に比べて、19歯以下で義歯使用の方は1.36倍、19歯以下で義歯未使用の方はなんと2.5倍に転倒リスクが跳ね上がるそうです。高齢での転倒はそれを境に要介護状態の継続につながりかねません。「転ばぬ先の杖」ではなく、まさに「転ばぬ先の歯科」というところです。そして生活する上で重要な『食事を楽しむ』ことと現存歯数はやっぱり関係が深かったというデータもあります。食事が「とてもおいしい・おいしい」と感じている人は平均で約20本の歯があるということです。

前号(歯ッピー4号)で歯周病と全身疾患の関係をお話ししましたがそれも合わせまして、歯科口腔の状態を良好に保つことが全身の健康にとっていかに大切か、ご理解いただけたかと思います。歯やお口の状態に問題が生じてからあわてて受診するのではなく、かかりつけ歯科医院で定期的に健診を受けて、予防やメンテナンスをしていくことが重要です。

現在歯数と平均寿命との関係(1975~2005)



上里町で「歯科口腔保健の推進に関する条例」が平成27年3月9日に制定されました。平成27年4月1日より施行されています。

2015年 上里ふれあいまつり

平成27年11月1日(日)、上里町堤調節池グランドにてかみさとふれあいまつりが開催されました。本会参加は今年で5回目となり、今やまつりの人気コーナーとなっております。会場設営におきましては、上里町の全面的なご協力をいただき、感謝いたします。

午前9時より開会式が始まり、上里町課長の挨拶、参加・協力者の紹介に続いて本会より西村副会長の挨拶となりました。本会のイベントは10時より開始されました。5回目の参加ということもあり、このイベントを楽しみにしている常連の方までいらっしゃって、あつという間に受付には長蛇の列、各体験コーナーには人だかりという状態でした。昨年から始めました「指の模型作りコーナー」は今年も大好評で、親子で一緒に参加される方が多く、普段はめずらしい石膏模型の指型を堪能して頂けたと思います。「なんでも歯科相談」では、普段気軽に聞けないお口の悩みを何人かの先生に真剣に相談されていた方もいらっしゃいました。フッ化物洗口、口輪筋・舌圧測定、嚥下機能チェック、RD



関根上里町町長

テスト、咀嚼能率測定(カムカムチェックガム)など、あまり歯科医院では、測定できない項目に珍しさを感じ、是非この機会に体験したいという方多かったです。そして、協力いただいている葵メディカルアカデミーの学生さんが親しみやすいアットホームな雰囲気づくりに大きく貢献していて、イベントの花となっていました。

来場者が多数で人数調整のために、昼食タイムを30分入れるという初めての事態も生じ、午後の再開後には、400枚あった参加券が早々に底を尽き、14時には店じまいを始める状態でした。

閉会にあたり、飯塚会長から協力してくださいましたすべての方に対しまして、いまだかつてない多数の来場者に無事に対応し大成功したことへの謝辞があり、また、歯科医師会の存在やこのような活動の周知、歯科医師と一般の方々が、近い距離で触れ合えたことの重要性についてお話しいただきました。



美里町8020よい歯のコンクール表彰式

平成27年10月25日(日)、美里町保健センターホールで開催された2015美里町健康祭りのセレモニーにおいて、『8020運動よい歯のコンクール』表彰式が行われ、本庄市児玉郡歯科医師会推薦の受賞対象者6名中4名が出席され、原田美里町長より、飯塚歯科医師会長と連名の表彰状が、春山理事から記念品が贈呈されました。



神川町8020よい歯のコンクール表彰式

平成27年10月18日(日)、2015神川町コスモス祭りのセレモニーにおいて、『8020運動よい歯のコンクール』表彰式が行われました。当日は快晴のこともあり、最高のイベント日となりました。本庄市児玉郡歯科医師会推薦の受賞対象者10名中4名が出席され、清水神川町長より、飯塚歯科医師会長と連名の表彰状が、西村副会長から記念品が贈呈されました。



よい歯のフェスティバル2015年

平成27年6月14日(日)に「よい歯のフェスティバル2015~おくりたい 未来の自分に きれいな歯~」がベイシア本庄早稲田ゲート店を会場に開催されました。

葵メディカル学園の方々を迎えての朝のセレモニーの後イベントがスタートしました。むし歯のリスク検査・かむ能力検査コーナー・フッ化物洗口体験・爽やか吐息チェック・唾液流出量測定・お口の若さチェック・歯磨き体験・アンケート・景品などのコーナーがあり、特に新コーナー指の模型作りは、大人気でした。指の模型を手にしたこどもたちは大喜びでした。はにぽんも時折登場して、イベントを盛り上げてくれました。常に来場者がいて、最終的には約300名の来場者がありました。ありがとうございました。

12時からセレモニーが始まり、高柳会長、斎藤県議、飯塚県議、高橋市議の挨拶に続いて、フェスティバルのために素敵なお絵描いてもらった園児のうち約20名に感謝状の贈呈がなされました。そして15時閉会、後片付けとなりました。



飯塚県議 斎藤県議

高橋市議

イベントを通じて印象的だったのが、多忙のなかイベントに参加して、来場者に対応している先生方の顔がとてもこやかで、明るい顔で挨拶を交わしていました。自分の歯科医院を離れて白衣を纏わず地域住民の方や自身の患者さんとのコミュニケーションをとる事によって、歯科医院中では得られない何か特別なことはたまたある種の信頼関係を得る事が出来たと思います。

この事業は、歯科医師会の大切な会費の一部から成り立っています。また、ボランティアで参加していただいている先生方の御尽力なくしては成功しませんでした。こうした活動の積み重ねが行政を動かし、市町条例やフッ化物洗口実施のきっかけになったかもしれません。



『いきいき教室』講演会

平成27年9月29日(火)、はにぽんプラザ(多目的ホール1階)にて、本庄市地域支援事業による介護予防事業として、一般高齢者(41名)を対象に『いきいき教室』が開催されました。今回は、口腔機能向上を目的として『お口の筋トレ～若さと健康の秘密～』と題して本会から江川知宏先生が講演されました。穏やかで少しユーモアを交

えた説明が参加された皆さんに非常に好評でした。噛むことの重要性・嚥下と呼吸の大切さ・口腔トレーニング実習では、姿勢のチェック・呼吸のチェックを行い、舌の持ち上げ、開口筋を鍛える、唾液腺マッサージ&飲み込み訓練、口輪筋筋力アップ等を含めて行いました。大変有意義な講演会でした。