

はち まる にい まる
8020



発行：静岡県8020推進住民会議
事務局 静岡県歯科医師会
〒422-8006 静岡市駿河区曲金3-3-10
TEL (054) 283-2591
編集：8020運動推進本部

第31号

推進員だより

「口腔の情報力」

静岡県8020推進住民会議委員
静岡新聞 社会部長

川内 十郎



昨年12月の弊紙に、「子どもの口腔内の状態から虐待を早期発見しよう」と、県と県歯科医師会が連携し、対応を強化している」との記事が載った。虐待を受けている子どもは、親が適切な治療を受けさせていないなどの理由でむし歯が多かったり、暴行による傷が口の中にできているケースがあるという。記事を書いた社会部の医療担当記者に聞くと、診察に訪れた子どもや保護者の様子から虐待が疑われる場合に関係機関に連絡するためのチェックリストを作成するなど、本県での取り組みは全国的に見ても進んでいるとのことだった。記事の中で専門家も触れていたが、歯科医師の

方々が日々の診療の中で虐待から子どもを救えるという意識を持ち、情報共有と迅速な対応につながるよう、行政や学校、警察など関係機関と連携を深めることで実効性はさらに高まるだろう。

事件や事故、災害などで亡くなられた方の遺体の身元確認では、身体的特徴や所持品で分からない場合、歯型鑑定がDNA型鑑定などとともに有力な決め手になる。特に大規模災害の時は有効で、東日本大震災の犠牲者の身元確認では、歯型鑑定によるものがDNA鑑定の約7倍だったと報じられた。DNAで身元を特定するには、家に残された髪の毛や皮膚片などの試料が欠かせない。しかし、同震災では家族全員が亡くなったたり、家が流されたりしたため、DNAを照合する試料が得られにくかったという。南海トラフ巨大地震

の発生が懸念される本県の歯科医師側の備えとして、迅速な身元確認のための現場技術の向上や歯科情報を長期間、安全に保管するための体制づくりに期待したい。

8020の推進に関わらせていただき、口にはその人間のさまざまな状態が映し出され、「口は全身の鏡」という言葉があることを知った。内科的な疾患はもとより、生活習慣や身体ケアの状況、ストレスなど精神状態も現れることが報

告されている。今後、関係者を精査することで、口腔の状況から読み取れることがまだまだ出てくるだろう。

新年早々、元部下の男性記者の結婚式に招かれた。お相手は、通っていた歯科医院の歯科衛生士の方で、女性院長がキューピッドだったという。院長先生は彼を口の中からも、「ふさわしい男性」と判断したのではないか。「口腔の情報力」に興味がない。

予告

「平成29年度 8020推進・静岡県大会 in 島田」開催

日時：平成29年11月5日(日)
13:00~16:00

会場：プラザおおるり (島田市中央町5-1)

〈大会概要〉

- ・表彰
8020県民表彰 (県知事賞)
8020推進財団理事長賞
8020図画ポスター
- ・講演：北折 一氏
(元NHKためしてガッテンプロデューサー)
- ・歯科保健活動発表

8020推進員の活動

8020推進員が累計で1万人を超え、8020の達成率が40%台後半まで伸びました。これも、8020推進員の方々の活動の賜物です。県民のさらなる健康寿命の延伸のためには、これまでの8020運動に加え、オーラルフレイル対策を新たな8020推進員の活動として導入を検討しています。

オーラルフレイルとは

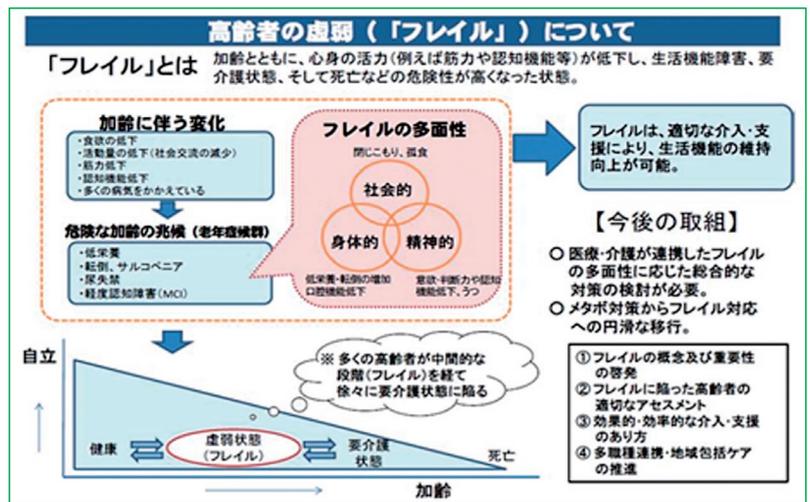
「オーラルフレイル」聞きなれない言葉だと思いませんか。オーラルは口腔(口)という意味で、フレイルは虚弱という意味です。直訳すれば「口の虚弱」という意味になります。ただ、虚

衰え」と捉えてもらえればよいと思います。日本歯科医師会は、厚生労働省の提言を受け、「8020運動」に加え、健康長寿をサポートするために「オーラルフレイルの予防」という新たな考え方を示しました。

オーラルフレイルとフレイル

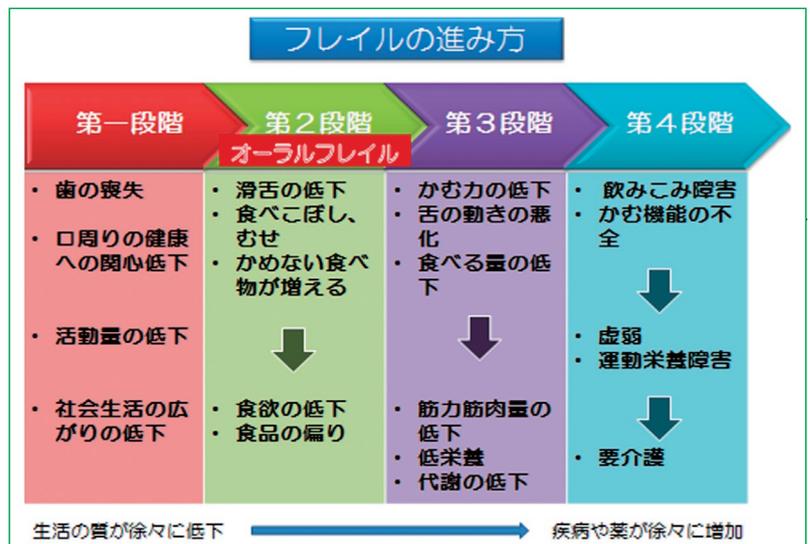
フレイルとは、Friedらが提唱したFrailty(フレイルティ)の日本語訳です。高齢者が要介護状態に陥る過程には、運動機能の低下、認知機能の低下、精神活動の低下など健康障害や精神障害を起こしやすい脆弱な状態を経ることが多く、これらの状態の概念を日本老年医学会は「フレイル」として提唱しています(下図参照)。

オーラルフレイルはフレイルの初期段階にみられる症状で、(1)滑舌の衰え



(2) 食べこぼし (3) 僅かのむせ (4) 噛めない食品の増加などの症状が特徴であり、この時期に適切な介入・支援などを行うことにより生活機能の維持向上が可能であるとされています。

柏市では、フレイルの概念を取り入れ、市民や歯科



柏プロジェクト視察



柏市は千葉県北西部に位置し、人口約41万。東京からは30分程度の首都圏の近郊にあります。その柏市の中にある豊四季台団地は昭和39年にできたURの団地で、高齢化率が40%を超えています。高齢者が暮らし続けるためにはどのような街づくり仕組みづくりが必要なのか。年をとっても住み慣れた地域で住み続けることができるまちづくり、言い換えれば地域包括ケアシステムのあるべき姿の具現化として「Aging in

Place（住み慣れた地域で、自分らしく老いることのできる地域づくり）」を「柏プロジェクト」のテーマとしています（左図参照）。長寿社会のまちづくりのほうどうあるべきか、医療・介護の連携から高齢者の住宅問題まで、委員会が連携を取って取り組んでいます。特に、団塊の世代が75歳を

迎える2025年までに、集中的かつ計画的に市民の健康づくり活動を支援するため、フレイルの予防に取組みフレイルチェック事業を行っています。このフレイルチェックを参考にし、静岡県版のオーラルフレイル対策に取り組んでいきたいと考えています。

フレイルチェック

フレイルチェックは、早い段階でフレイルを本人が気づいて、自らが生活を変えていく行動変容を促す狙いがあります。今回、柏市地域医療推進センターで視察したプログラムの運営母体は行政ですがチェックプログラムは市民ボランティア「フレイルサポーター」

の活動と似通っています。

- イレブンチェック（簡易チェック）
- 栄養・口腔機能チェック（深掘りチェック）
- お口の機能
- ① 咬筋触診
- ② 滑舌
- ③ GOHAI (General Oral Health Index)

運動機能チェック

フレイルサポーターの指導の下で、参加者の運動機能の計測を行います。①ふくらはぎ周囲長立ち上がり、②四肢骨格筋量、③握力、④パタカテスト

社会性・心のチェック

サポーターのお手伝いで質問票に記載
何より、サポーターも参加者も始終笑顔で楽しんでフレイルチェックを行っているところが印象に残りました。

8020推進本部

榎木 蔵也

柏市における「長寿社会のまちづくり」プロジェクト

東大IOG-柏市-UR都市機構の共同事業(2009年度～)
柏市豊四季台地域をフィールドにした超高齢社会対応のモデル地域開発

テーマ・コンセプト⇒「Aging in Place」社会の実現
…住み慣れた地域で最期まで自分らしく老いることができる社会の実現



出典：東京大学高齢社会総合研究機構

【イレブン・チェック】

1. 握力	2. 歩行速度	3. 歩行歩幅	4. 歩行歩数	5. 歩行歩数	6. 歩行歩数	7. 歩行歩数	8. 歩行歩数	9. 歩行歩数	10. 歩行歩数	11. 歩行歩数
○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○



指輪つかでふくらはぎを囲んだ時にどうなりますか。当てはまる○と同じ色のシールを貼って下さい。

が中心となり、参加者の筋肉量や滑舌の良さ、足腰のバランス、イレブンチェックなどを通して参加者のフレイル状態のチェックが行われているところが8020推進員

「平成28年度8020推進静岡県大会」表彰の皆様

(平成28年11月27日 開催)



8020県民表彰 (10名)

【県知事賞】 杉村 眞 (静岡市葵区)

北 澄子 (熱海市)、渡部 幸雄 (函南町)、南方 甫 (三島市)、
中澤澄美枝 (長泉町)、若林みへ子 (富士市)、岡村 久代 (焼津市)、
殿村 はる (島田市)、秋田まさ子 (袋井市)、古山 道子 (浜松市中区)

8020推進財団理事長賞 (10名)

稲葉八重子 (伊東市)、與五澤ゆき (函南町)、石井 則雄 (三島市)、
高橋さち子 (小山町)、望月 仙三 (富士市)、中野 好幸 (富士宮市)、
松本 庄次 (藤枝市)、諸田 サヨ (島田市)、藤田恵美子 (磐田市)、
飯尾 清種 (浜松市中区)

8020童話グランプリ (2名)

児童・生徒の部：金澤 柚子 (平成20年度最優秀作品・当時中学校1年)
一般の部：田口今日子 (平成27年度童話大賞作品)

歯・口の健康に関する図画ポスターコンクール「最優秀賞」(5名)

幼稚園・保育園の部：千須和美妃 (こすもすこども園)
小学校低学年の部：中村 里穂 (三島市立北小学校 1年)
小学校高学年の部：村迫 七海 (沼津市立第五小学校 4年)
中学校の部：増元明日菜 (磐田市立磐田第一中学校 3年)
特別支援学校の部：笹川 祐人 (県立富士特別支援学校富士宮分校高等部 3年)

8020推進員 1万人達成

大嶽 恵子 (所属団体：きらり8020ぬまづ)

