

はち まる にい まる 8020



第27号

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運動推進部

推進員だより

「大規模災害時の歯科の役割」

静岡県8020推進住民会議副会長
一般社団法人 静岡県歯科医師会会長



柳川 忠 廣

皆様のおかげで、第15回という節目を迎えた『8020推進・静岡県大会 in 沼津』を大盛況のうちに終えることが出来ました。中でも、沼津市、裾野市、長泉町の8020推進員報告は、それぞれに見応え聞き応えがあり、充実したものでした。また、当日の午前中に開催された意見交換会も、たいへん有意義な機会となり、今後の各地域での推進員活動の活性化に繋がると期待しています。

さて、沼津大会でもご紹介しましたが、これまで熱心な活動をされてきた「三島市8020推進員会」が、社会福祉・保健衛生活動に功績があったことを高く評価され、「静岡県健康福祉大会」で、『静岡県知事賞』を受賞されました。さらに、本住民会議の構成団体でもある「県健康づくり食生活推進協議会」が、たいへん権威のある、第一生命主催の『第66回保健文化賞』を受賞され、皇居で天皇陛下に拝謁されました。両団体の皆様に、改めて敬意を表しお慶びを申し上げます。

ところで、大規模災害が発生した場合、静岡県歯科医師会は県行政や県警察等との取り決めに基づき、緊急性が高い歯科医療や避難所などでの歯科保健活動、さらにはご遺体の身元確認作業に従事します。実際には、県下19郡市区歯科医師会に所属する歯科医師が、それぞれチーム編成をして

出動しますが、県内の歯科医師だけで手に負えない場合には、近隣の歯科医師会に応援を求めるともあります。

避難生活が中長期にわたる場合には、食事の内容や生活環境の変化により、体調不良を来しやすくなります。また、阪神淡路大震災の際に着目された課題として、避難生活者の災害関連死の死因の多くに「肺炎」とりわけ「誤嚥性肺炎」の発症がありました。その対応策として、歯科治療により普段からしっかりと噛める状態にしておくこと、歯科医師や歯科衛生士による口腔ケアを受けることが有効で、様々な感染症の発生リスクを減らすことにも繋がります。

東日本大震災では、大津波により町に1か所も歯科診療所がなくなってしまう地域がありました。そこでは、受療の継続がで

なくなった患者さん、義歯を無くしたお年寄りが、行き場をなくし大変苦勞されました。そんな方々に対して、被災県の歯科医師会、あるいは支援出動した全国の歯科医師が、基幹避難所内に設けた仮診療室や、診療車による巡回診療などを行い、被災者の健康支援にあたりました。

発災から4年が経過した現在では、約75%の歯科医師が、元の場所と同じ市町の違う場所で診療に復帰し、他の15~20%が他の地区で開業もしくは勤務医をしています。ただし、高台への移転や、福島原発の問題で復旧が叶わない歯科医師も多く、一部は未だ深刻な状況にあります。

予告 「平成27年度 8020推進・静岡県大会 in 下田」(仮) 開催

日時：平成28年2月開催予定 13:00~16:00
会場：下田市民文化会館 (下田市4-1-2)
※伊豆急下田駅から徒歩7分

- (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童話賞
 - ・8020歯科保健活動報告
 - ・講演

大会を終えて

8020住民会議会長

白井嘉尚



長谷川逸子氏による建築デザインも新鮮なブラサヴェルデにて、去る2月8日に「8020推進・静岡県大会 in 沼津」が開催されました。晴天に恵まれ、361名の方が来場してくださいました。

8020運動の大きな目的は「歯の健康が全身の健康と深く結びついている」

ことを、常識のレベルに広げ、ひいては「健康寿命の延伸」を図ることにあると思います。そのためには、分かりやすさと親しみやすさが求められ、また同時に、医学的な裏付けがなければなりません。それらは、まさに車の両輪といえるでしょう。

今大会の表彰式でも、壇上に列席された8020達成者の元気なお姿に、会場からどよめきの声があがりました。8020童話賞の公募も、子どもたちに、歯を大切に思う気持ちを芽生えさせる取り組みです。一般の部に、遠く山口県から応募された方が、本大会に駆けつけてくださったこと

も素晴らしい出来事でした。8020サンバ体操も、子どもからお年寄りまで軽快な音楽に合わせて交流し、喜びを分かち合う試みといえるでしょう。

その後、8020推進報告が3件行われ、沼津市、裾野市、長泉町の実践が紹介されました。それぞれ地域の実情に合わせ、制度的な仕組みを徐々に整えながら、幼稚園・保育園だけでなく成人式などの機会も捉えて啓発活動を展開されています。

ゲストを招いての講演では、「歯の健康が全身の健康と深く結びついている」ことを、お二人の講師が理論と実践の両面から分かりやすく紹介して下さいました。實川欣伸氏の「生涯の師 富士山」には強烈な印象を受けましたが、その裏話のように語られた下山後に好きなものをおいしく食べ、お酒をたしなむことで疲れを癒すお話しなど、超人的な体力への畏敬の念とともにとても親しみのもて内容でした。

山本龍生氏の、「歯の健

康は健康長寿の源」は、それらの密接な関係を医学的な追跡調査で明らかにするという、まさに8020運動の根底を支える研究です。その結果、認知症の発症や

講演I

登山家 實川欣伸氏



横浜の京浜工業地帯で生まれ育ち、子供の頃から外で遊ぶのが好きだった。終戦直後の食糧難に育ち、好き嫌いがなく、よく噛み何でも美味しく食べた。小学校の頃は学校から帰ると鶴見川に釣り竿とバケツを持ってハゼを釣りに行き、釣ったハゼをコンロで焼いて丸ごと食べたりしていた。会社に入ると山岳部に所属し、キャンプや登山に夢中になる。

35歳の頃、沼津に移住。富士山に登り虜になった。四季折々の自然そして様々な人々との出会い。人とし

骨折・転倒のリスクが高まるということがよく分かりました。研究がさらに進むことで、国民的な関心が高まり、制度的にも一層の整備が求められることでしょう。

の生き方を教え続けられている。

それは、富士山に登り続けている結果であり、富士山からいただいた褒美かも……。しかし、常に富士山に対する畏敬の念を忘れてはならない……。登り続ける限り。

講演II

神奈川歯科大学

山本龍生准教授



日本人の要介護の期間は約10年であり、いかに短くするかが課題である。近年の調査で、自分の歯を保つことが要介護状態の防止につながるということがわかってき

ご来場の皆さまが、各プログラムからさまざまな刺激を受け、また楽しく、有意義な時間を過ごされたものと推察しております。

た。歯が19本以下で義歯を使用していない人は20本以上歯がある人より、約2・5倍転倒のリスクが高くなる。また、歯がほとんどなく、義歯を使用していない人は20本以上歯がある人より、約2倍認知症のリスクが高くなる。研究の結果わかってきた。かかりつけの歯科を持ち、歯の喪失原因となるむし歯と歯周病を予防し、健康寿命の延伸につなげていただきたい。

講演を聞いて

●沼津市在住の登山家實川欣伸氏の富士山への飽くことのない情景の変化と自然の美しさ、その偉大さや畏敬の念 登山を通じて知り合った方々への敬意と感謝 昨年の「諸事情で断念することになりましたが、」エ

ベレスト登頂チャレンジの裏話など、ユーモアを交えてお話しして頂きました。

講演の中で、實川氏は氣力の重要さを何度か説いていました。氣力の充実、明確な目標、志の高さが富士登山の偉大な記録、6大陸最高峰制覇に繋がったとお話されました。これは孟子の言葉である「志は氣の帥なり」「志すなわち目標や夢というのは、あらゆる氣すなわち元氣、やる氣、氣力、氣概などの源であるという意味」と一致するものだと思います。實川氏のような大きい志はなかなか難しいですが、志を持つことは、日常生活においても大事な事だと感じました。

●歯周病が全身に多くの影響を及ぼすことが山本先生達の研究によって、近年明らかになってきています。糖尿病との相互作用はご存じだと思いますが、歯周病原菌による細菌感染が動脈硬化を引き起こす因子であるということもクローズアップされてきています。お口のお手入れをし、義

歯でもかまわないので良く噛める状態を保つことは、健康寿命の延伸を図るためにとても大切なことです。

そのためには日々のセルフケアとともに、かかりつけの歯科医院での定期的なメンテナンスを続けることが鍵になってくると思います。講演の最後で演者が述べた「NNK(ネンネンコロリ)ではなくPPK(ピンピンコロリ)でありたい」という言葉が印象的でした。

三島市8020推進員会 「県知事賞」受賞おめでとう！

保健衛生功勞事表彰を受けて

三島市8020推進員会 南方 甫

昨年10月24日、県や県社会福祉協議会などが主催する県健康福祉大会が、静岡市葵区の市民文化会館で開催、社会福祉推進などに功績のあった個人、団体が表彰されました。

その中の、保健衛生功勞表彰に、三島市8020推進員会と他2団体が選ばれ、毎年恒例の、会の忘年会が



忘れられないうれしい会となりました。

良い仲間にも助けられ、三島市8020推進員会が発足して10年。

紙芝居を担いで、人の健康に歯の必要性、歯みがきの大切さを演じて、2千人以上の園児たちが果立っていききました。その中で何割かの子供達が、自分の健康

会の鷲巢会長はじめ各歴代会長及び諸先生がたの物心両面からの、ご協力があつての今回の受賞であると感じております。

今後も、我々三島市8020推進員会は、皆様のお役に立てるよう8020の輪を広げていきたいと思ひますので、ご指導ご鞭撻のほどよろしくお願ひいたします。

三島市8020推進員活動

三島市健康づくり課 三島市には地区組織活動として各自治会から推薦された保健委員や、保健委員の任期終了後に経験や学んだことを活かして続ける保健委員OB会があります。

平成13・14年度の保健委員さんたちも任期後、何か活動できる場がないかと考えていたところ、県歯科医師会から口腔保健の関わりで健康寿命の延伸を図る8020推進活動の紹介をうけ、市の歯科口腔保健の向上を目指して三島市8020推進員会が発足しました。

最初は8020健康静岡

21県民大会で披露した健康を保つための歯の役割や大切な寸劇をイベントや老人ホームで行なっていました。平成17年からは県歯科医師会から紙芝居「迷子になった前歯」をいただき、決まったメンバーや人数が集まらなくても柔軟に対応ができるようになりました。紙芝居の内容が乳歯から永久歯に生え変わる時期をテーマにしたものであったため、幼児を対象にしたほうが良いのではないかと、推進員さんから声上がり、市内の幼稚園・保育園に出かける今の形が出来あがりました。子供たちに楽しんでみてももらえるよう、紙芝居をセットする枠やカーテンなども自作しています。

その後、新しい紙芝居「ミュータンス星の陰謀を打ち砕け」を三島南高校の生徒と一緒に作り上げました。現在の主な活動の場は歯みがき教室(紙芝居)や小学校で行っている健口教室の補助、歯と口の健康まつり、市民すこやかふれあいまつりなどイベント参加

〈次頁へつづく〉

〈前頁のつづき〉
 も多岐にわたっています。
 内容も、紙芝居と8020
 サンバ、健口体操を対象者
 によって組み合わせを考
 えることで、楽しんでもら
 えるよう工夫をしています。
 推進員さん自身、もとも
 と何かをやりたい、と集ま
 った人たちなので、とても
 積極的に楽しそうに活動さ
 れています。園児たちにわ
 かりやすい話し方や踊りを
 練習したり、いくつになっ
 ても誰でもできるお口の体
 操は、笑いの中で市民が参
 加している姿が印象的です。
 行政としては各機関との連
 絡調整をするだけであとは
 すべて会員さんが行ってく
 れます。
 10年活動を続けているの
 で推進員同士の仲も良く、
 役員を中心にまとまって活
 動をしています。三島市か
 らの予算はなく、皆さんボ
 ランティアで活動してい
 ただき感謝しております。今
 後もさまざまな事業におい
 がら共に活動を進めていき
 たいと考えています。

「8020推進・静岡県大会 in 沼津」表彰者の皆様



8020県民表彰 (10名)

【県知事賞】 清ちゑ子 (富士市)

瀧口 衛 (東伊豆町)、田中賢子 (熱海市)、市川みつ子 (裾野市)、
 古池金太郎 (静岡市)、岡田辰恵 (藤枝市)、三浦徳一 (島田市)、
 茂野金太郎 (吉田町)、森山鐵男 (磐田市)、篠田千代 (浜松市中区)



8020推進財団理事長賞 (10名)

滝澤千鶴 (函南町)、福井仁司 (沼津市)、土屋玲子 (富士市)、
 氏原祥恵 (富士宮市)、鈴木公代 (静岡市)、芹澤輝彦 (藤枝市)、
 青山義孝 (島田市)、高橋 巖 (吉田町)、境野良吉 (掛川市)、
 森下義朗 (浜松市)



8020童話賞 (8名)

〈児童・生徒の部〉

童話大賞：松本磨実 (静岡市立城内中学校 2年生)
 童話賞：齊藤千夏 (静岡市立城内中学校 2年生)
 田坂 茜 (袋井市立周南中学校 3年生)
 平野清花 (静岡市立城内中学校 2年生)

〈一般の部〉

童話大賞：木下祐加
 童話賞：木下郁美、瀬戸内 光、坂部哲之

