

11月8日はいい歯の日



「いい歯の日」にあたって

公益社団法人 茨城県歯科医師会
会長 森永 和男

を保つ事ができるかが大切な時代だと考えます。

健康寿命の延伸を図るためには、これから何をすべきか、そのための近道は何なのかを考えたとき、出てくるのは口腔健康の維持なのです。なぜなら、健康を損なう原因となる疾病を予防し、不健康の期間を短くするためには、医療費の大半を占める生活習慣病、肺炎を払拭する事が第一だからです。この生活習慣病、肺炎を予防するために、いろいろな対策がとられておりますが、メンテナンスが容易で、しかも継続しやすいのが口腔健康管理(口腔ケア)だといえます。では、具体的にどうすれば良いのか、そのことを県民の皆様に理解して頂くため、茨城県歯科医師会では日夜努力し、活動しているところでもあります。

国もこの2017年、2018年、2019年と3年続けて骨太の方針(国の重要施策)に掲げ、歯科の重要性を訴えてきております。まさに「生活を支える医療」の推進を図る上で、歯科医療の大切さが理解されつつある事を実感しております。

茨城県歯科医師会として、これらさらに確実に進めなければなりません。今後は医師会、薬剤師会、看護協会、その他の医療関係団体との連携が欠かせません。

今後とも、県民の皆様の健康寿命の延伸とQOL(生活の質)の向上を目指し全力で活動、邁進してまいります。県民の皆様のご理解、ご協力を切にお願いいたしまして、あいさつとさせていただきます。



茨城県歯科医師会は、県民の皆様のご理解のもと現在、県民健康増進のための活動を推進しているところがあります。

超高齢社会といわれて久しい時代となりましたが、これからの医療のあり方においても発想の転換が迫られていると思います。すなわち超高齢社会においては、今までのようにただ単に病気を治すということではなく、これからの人生をいかに楽しい生活(QOL)

8020 高齢者よい歯のコンクール

80歳以上で自分の歯を20本以上保ち、他の模範となる生活習慣を送っている方を表彰します。(敬称略)

最優秀



遠藤 和子(81歳)
自分の歯 31本

ブラッシングは、歯ぐきをやさしく丁寧に20分磨いており、歯科検診は年2回受けています。歯は生きていくために一番重要な器官だと思っています。目標は今の歯の本数で一生涯暮らしていくことです。健康な歯で食生活にも気をつけ、元気で、趣味のウクレレ演奏も続けていきたいです。人生は一度きり、思いっきり楽しく生きることです。

シニア賞



酒井 完(90歳)
自分の歯 28本

3か月に1度、定期歯科検診と歯のクリーニングを受けています。口は体の入り口なので、歯の健康は体の健康につながっていると思います。生まれ持った丈夫な歯は、親に感謝しています。これからも、家庭菜園で季節の食べ物を採りたてで食べて、友人とゴルフで沢山歩いて、楽しく健康に過ごすことが目標です。

優秀



下口 一保(83歳)

疋田 久成(81歳)

伊藤 千栄(82歳)

莊司 忠男(83歳)

優秀

歯科医師会長特別賞



宮内 みよ子(81歳)

杉山 さと子(91歳)

持田 幹子(81歳)

【かかりつけ歯科医のコメント】
長年培ってきた歯みがきの技術と習慣そして定期的な歯科医院でのメンテナンスで(当院での)18年間健康な歯を維持。



親と子のよい歯のコンクール

親子ともに健康な歯を保ち、他の模範となる生活習慣を送っている方を表彰します。(敬称略)

最優秀



家中 奈緒・晴悠

親子で定期的に歯科検診とフッ化物塗布を受けています。毎日の仕上げ磨きでは、フロスを併用して歯と歯の間も清掃しています。家族全員、好き嫌いがなく、バランスよく色々なものを食べており、よく噛んで味わう食事を心がけています。子育ては、子どもと一緒に楽しむことを大切にしていきたいです。

優秀



坂本 知絵・佳那

田崎 幸代・育実

太田 真弓・理仁

佐々木 勇人・朝陽

石崎 伸利・楓乃

松本 宏悠・佑

茨城県歯科保健賞

地域の歯と口の健康づくりに貢献した団体や個人を表彰します(敬称略)



医師 鴨志田 敏郎

医師の立場から歯科医療に対して深い理解と見識を併せ持ち、周術期口腔管理をきっかけに医科歯科連携を病院内外において組織的に進めている。かかりつけ歯科医の口腔管理によって健康寿命の延伸につながっていく事など、歯科医療の有用性を、医師はじめメディカルさらに地域社会へと広く発信している。

茨城県歯科医師会長より感謝状贈呈

坂海市こども発達センター

境町子ども未来課健康推進室

栄養教諭 梶 智香

乳幼児期からの食事相談・支援などで、将来に向けた口腔機能の健康づくりを推進。

口腔機能検査の実施で、町民の歯科口腔保健の意識向上、定期的な歯科検診の普及に努める。

歯と口腔の健康や食べ方からの食育を通じた学齢期の児童・生徒の健康の保持増進に尽力。

茨城県歯科医師会からののお知らせ

人生100年時代~いい歯は毎日を元気に~

「80歳で自分の歯を20本以上保とう」という「8020(ハチマルニイマル)運動」は、昨年30周年を迎え、現在、2人に1人が8020達成者となりました。一方、歯が残っていると、むし歯や歯周病のリスクも大きくなります。人生100年といわれる時代になり、大切な自分の歯をより多く、健康な状態で維持していくこと、そして、そのために丁寧な口腔ケアを行うことが必要となっています。

また、飲み込みにくい、噛みにくいなどのお口の機能の衰え(オーラルフレイル)を予防し、バランスのとれた食事をしっかり噛んでおいしく食べられる口を保つことが健康長寿につながります。

いい歯は毎日を元気にします。毎日の口腔ケアで口の中を清潔に保ちながら、かかりつけ歯科医をもって定期的な歯科検診やクリーニングを受け、いい歯で毎日を元気に過ごしましょう。

かかりつけ歯科医に定期的に会い、ずっと笑顔で「健康長寿」を目指しましょう!



いつまでも元気で、おいしく食べられるように...

噛むかむレシピ大募集!!噛むかむレシピコンテスト

茨城県歯科医師会では、噛む大切さを啓発するため、県内の食材をいかした、噛む回数が増えるレシピを募集します。今年のテーマ食材は「納豆」です。納豆を使った、おいしくてよく噛むレシピを募集します。多数のご応募をお待ちしております。

- 主催 茨城県歯科医師会
- テーマ食材 納豆
- 募集期間 令和元年10月1日から令和元年12月10日
- 応募先 茨城県歯科医師会事務局(〒310-0911 水戸市見和2丁目292番地の1 TEL:029-252-2561) 応募は郵送またはEメール (office@ibasikai.or.jp) で送付ください。応募用紙は茨城県歯科医師会H-P (https://www.ibasikai.or.jp) からダウンロード可。



現在未就業の歯科衛生士さんへ 無料職業紹介所のお知らせ

茨城県歯科医師会はあなたを応援します!!

◎復職支援講習会(無料)の案内:歯周治療の基礎を学び、もう一度プロフェッショナルとして職場復帰を目指しませんか。
◎復職情報の公開:茨歯会が独自のネットワークで会員の求人情報の中から平日だけ午前中のみ勤務等あなたのライフスタイルにあった歯科医院をご紹介します。
申込方法:QRコードからLINEの友だち登録をいただき、歯科医師会無料職業紹介所のページから詳細をご確認の上、内容を記入してLINEかメールまたはFAXでお申し込みください。https://work.ibasikai.or.jp/



お問い合わせ 茨城県歯科医師会 担当/根本まで TEL029-252-2561 FAX029-253-1075

第28回茨城県歯科医学会 県民公開講座 開催のお知らせ

- 令和2年3月15日(日) 水戸プラザホテル
 - 公開講座I 10:00~12:00 「お口からはじまる健やかな人生~歯科衛生士に命を救われた内科医からのメッセージ~」 西田 互先生(にしだわたる糖尿病内科 院長)
 - 公開講座II 13:30~15:30 「口腔ケアで幸せになれるか? ~健康寿命から幸福寿命へ~」 鴨志田敏郎先生(日立総合病院消化器内科 副院長)
- 申込みは令和2年1月21日(火)から茨城県歯科医師会事務局(TEL029-252-2561)にてどなたでもご参加いただける講演会です。皆様お誘いあわせのうえ、お申込みください。

【問い合わせ先】 茨城県歯科医師会 TEL:029-252-2561

私たちは、歯科医療と口腔健康管理の充実を通じ、健康寿命の延伸を目指します。

日本歯科医師会 https://www.jda.or.jp/ 茨城県歯科医師会 https://www.ibasikai.or.jp

