



ご当地 よろさん 茨城

茨 齒 会 報

No.665

茨城県歯科医師会
Ibaraki Dental Association

February
2025
令和7年

2



Contents

デンタルアイ 1

鶴屋 誠人

理事会報告 4

会務日誌 5

地区歯科医師会だより 6

表紙写真について

古河公方公園で12月初旬に行われるバルーングローです。

御所沼に映る様子が幻想的で美しいです。

(社) 茨城西南歯科医師会 関口 啓子



オーラルディアドコキネシス ～後期高齢者歯科健康診査の新項目～



副会長
鶴屋 誠人

会員の皆様には各健診事業へのご協力を賜り、ありがとうございます。

オーラルディアドコキネシス(oral diadochokinesis)、ご存知の方はいらっしゃると思いますがそれって何なん、と思われる方も少なくないかもしれません。これは口腔機能の特に舌口唇運動機能評価法の一つで、令和7年度から後期高齢者歯科健康診査の検査項目に加えられる予定です。

近年、健康寿命に関わる要因を調べる大規模研究がいくつか行われてきていますが、その中の一つに高齢社会総合研究機構により地域在住高齢者のフレイル予防に寄与する科学的根拠を見出すことを目的として2012年から行われている前向きコホート研究があります¹⁾。通称柏スタディと呼ばれ、65歳以上の自立/要支援2,044名の高齢者を対象として経年に様々な角度から調べられています。その中でオーラルフレイルと判断されるとその後の全身的なフレイル、サルコペニア、死亡のリスクがそれぞれ2倍以上高くなることが明らかにされました²⁾。

●オーラルフレイル

オーラルフレイルは「歯の喪失や食べること、話すことに代表される様々な機能の『軽微

な衰え』が重複し、口の機能低下の危険性が増加しているが改善も可能な状態である」と定義されております。

昨年4月、3学会（日本老年医学会、日本老年歯科医学会、日本サルコペニア・フレイル学会）によりオーラルフレイルに関する合同声明が出され³⁾、それまで8つの評価項目（OF-8）を用いそれぞれ点数化して危険性を判断していたものが、次の5つの質問による判断に簡素化されました。

チェック項目（OF-5）

- ・自分の歯が少ない（19本以下）／残存歯数の減少
 - ・半年前と比べて固いものが食べにくくなった／咀嚼困難感
 - ・お茶、汁物等でもむせることがある／嚥下困難感
 - ・口の渴きが気になる／口腔乾燥感
 - ・普段の会話で言葉をはっきりと発音できないことがある／舌口唇運動機能の低下
- このうち2つ以上当てはまる場合にはオーラルフレイルと判断します⁴⁾。

●後期高齢者歯科健康診査

歯・歯肉の状態や口腔内の衛生状態に問題が

ある高齢者や、口腔機能の低下の恐れがある高齢者をスクリーニングし、詳細な検査や治療等につなげることで口腔機能の回復・維持、全身疾患の予防等を実現することを目的として県後期高齢者医療広域連合から歯科医師会に委託されている事業です。歯数維持に直結する通常のう蝕、歯周疾患健診に加え、「口腔機能低下予

防」を重視したオーラルフレイル健診としての性格をもちます。実施対象者は都道府県によって異なり、当県では前年度3月31日時点で75・80・85歳となった県内在住の被保険者となっています。

過去5年間の受診状況は下記のとおりです。

| | 令和元年度 | 2年度 | 3年度 | 4年度 | 5年度 |
|---------|--------|--------|--------|--------|--------|
| 対象者数 | 74,647 | 70,458 | 69,674 | 82,492 | 93,503 |
| 受診者数 | 7,511 | 8,248 | 8,581 | 12,034 | 12,201 |
| 受診率 (%) | 10.06 | 11.71 | 12.32 | 14.59 | 13.05 |

各市町村における受診率は5.2～21%とばらつきはあるものの、他の成人歯科健診よりは高い状況です（県の目標は10%超）。

この健診に関しては2018年厚労省から健診マニュアルが出されており⁵⁾、その中で舌口唇機能の実測評価としてオーラルディアドコキネシスが記載されていたのですが、それを来年度から実施することになりました。

●オーラルディアドコキネシス

これは舌や口唇、軟口蓋などの口腔周囲筋の機能を客観的に評価する検査であり、パ/pa/、タ/ta/、カ/ka/などの単音節を5秒もしくは10秒間できるだけ速く発音してもらいます。/pa/は口唇、/ta/は舌の前方、/ka/は舌後方や軟口蓋の機能を評価し、それぞれ1秒間に5～6回

以上が正常とされております。元来脳卒中や神経変性疾患、頭部外傷等によって生じる運動性構音障害患者の構音機能の評価等に用いられてきた検査法ですが、近年舌口唇運動機能の評価法としても活用されてきており、特にオーラルフレイルの5項目中の「はっきりと発音できないことがある」という自己評価との関連性が強いのが/t/の発音回数とされています⁶⁾。

計測機器には「健口くんハンディⅡ（竹井機器工業）」、無料アプリとしては桐生市歯科医師会制作による「くちけん（iOS対応）」、google play提供の「パタッカー（Android対応）」などが利用可能です。

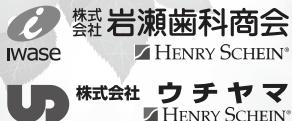
健康診査に関する新たな情報は詳細が決まり次第発信していくので、よろしくお願ひいたします。

1) https://www.iog.u-tokyo.ac.jp/project/?project_category=survey

2) Tanaka T. et al. Oral Frailty as a Risk Factor for Physical Frailty and Mortality in Community-Dwelling Elderly J Gerontol. 2018

3) オーラルフレイルに関する3学会合同ステートメント 老年歯学38(4) 2024

- 4) Tanaka T. et al. Oral frailty five-item checklist to predict adverse health outcomes in community-dwelling older adults : A Kashiwa cohort study, Geriatr. Gerontol. Int. 2023
- 5) <https://www.mhlw.go.jp/content/000410121.pdf>
- 6) Iwasaki M. et al. Validation of self-reported articulatory oral motor skill against objectively measured repetitive articulatory rate in community-dwelling older Japanese adults : The Otassha Study Geriatr. Gerontol. Int. 2023



株式会社 岩瀬歯科商会
Iwase & HENRY SCHEIN

株式会社 ウチヤマ
U & HENRY SCHEIN



HENRY SCHEIN®
JoEast
ヘンリーシャインジャパンイースト株式会社

改めまして、私たちはヘンリーシャインジャパンイーストです！

We try best! -for healthy and white teeth-

事業所案内

| | | |
|--------|--------------------|------------------|
| 宇都宮支店 | 宇都宮市平出工業団地37-6 | TEL:028-613-5858 |
| 水戸支店 | 水戸市白梅2-8-18 | TEL:029-225-6543 |
| 松戸支店 | 松戸市幸谷1504-4 | TEL:047-345-3131 |
| 千葉支店 | 千葉市中央区浜野町879-1 | TEL:043-305-1182 |
| 上野支店 | 台東区台東2-23-7 | TEL:03-3832-8241 |
| 古河支店 | 古河市下山町9-60 | TEL:0280-30-1582 |
| 福島支店 | 福島市鎌田字卸町4-1 | TEL:024-552-1161 |
| 世田谷支店 | 世田谷区玉川台2-11-17-101 | TEL:03-5491-7595 |
| 練馬営業所 | 練馬区豊玉北4-14-11 1F | TEL:03-5912-1180 |
| 横浜支店 | 横浜市磯子区中原2-1-19 1F | TEL:045-770-4182 |
| 前橋支店 | 高崎市京町176-2 | TEL:027-350-8241 |
| 厚木支店 | 厚木市酒井2087-14 | TEL:046-228-5550 |
| 大宮支店 | さいたま市見沼区東大宮7-41-1 | TEL:048-688-1740 |
| 盛岡上堂支店 | 盛岡市上堂1-6-5 | TEL:019-648-2777 |
| 盛岡本宮支店 | 盛岡市本宮6-24-43 1F | TEL:019-635-7750 |
| 東大和支店 | 東大和市立野3-640-1 | TEL:042-590-5770 |
| つくば営業所 | つくば市花室940-6 | TEL:029-863-0720 |
| 仙台支店 | 仙台市若林区荒井5-7-6 | TEL:022-794-7066 |

理事会報告



第9回理事会

日 時 令和6年12月19日（木）午後4時

場 所 茨城県歯科医師会館 役員室

報告者 柴岡永子

1. 開 会

2. 会長挨拶

3. 監査報告

4. 連盟報告

5. 報 告

(1) 一般会務報告

(4) 疾病共済金の支払いについて

(5) 茨城県歯と口腔の健康づくり8020・6424推進条例の一部を改正する条例（案）について

(6) 令和6年度茨城県保健医療部長へ提出した要望の回答について

(7) 各委員会報告について

厚生委員会、医療管理委員会、広報委員会、地域保健委員会、介護保険委員会、学校歯科委員会、社会保険委員会、情報管理委員会、専門学校

(8) その他

6. 協議事項

(1) 入会申込みの受理について

泉川康治先生 東西茨城地区 奥羽大歯卒

2種 承認

(2) 会員の会費免除について

承認

(3) 令和7年度委員会事業計画及び事業予算

（案）について

承認

(4) 令和6年度第2回地区会長協議会の開催について

承認

(5) 令和7年茨城県歯科医師会会長予備選挙実施要領（案）について

承認

(6) 令和7年度関東女性歯科医師の会開催への事業費補助について

承認

(7) 市民公開講座への後援依頼について〔水戸市歯科医師会〕

承認

(8) その他

【今後の行事予定について】

1月16日（木）

14時から 第10回理事会（水戸プラザホテル）

16時から 茨歯会新年会（水戸プラザホテル）

2月20日（木）

15時から 第11回理事会

17時から 第2回地区会長協議会

会務日誌

- 12月19日** 第3回業務・会計監査を執行。業務（9月1日～11月30日）、会計（令和6年度現況）について監査を実施した。
出席者 黒澤監事ほか5名
- 12月19日** 第9回広報委員会を開催。会報1月号の校正・編集作業、次年度の事業計画と予算案、レディースコーナー執筆依頼の進捗状況、会報1・2月号の表紙写真の変更について協議を行った。
出席者 柴岡広報部長ほか5名
- 12月19日** 第9回理事会を開催。入会申込書の受理、会員の会費免除、令和7年度委員会事業計画及び予算案、令和6年度第2回地区会長協議会の開催、令和7年茨城県歯科医師会会长選挙実施要領案、令和7年度関東女性歯科医師の会開催への事業費補助、市民公開講座への後援依頼【水戸市歯科医師会】について協議を行った。
出席者 柳会長ほか16名
- 12月19日** 茨城県後発医薬品の使用促進にかかるワーキング・グループ会議が茨城県薬剤師会館にて開催された。
出席者 北見常務
- 12月22日** 災害歯科保健医療アドバンス研修会が日本歯科医師会館にて開催された。東北大学大学院歯学研究科国際連携推進部門世界展開力強化事業推進室特任講師の中久木康一先生のもと、午前の部では「都道府県におけるコーディネート」と題し講義・演習を実施し、午後の部では「クリティカルシンキングを活用した課題の整理と方針の検討」と題してディスカッションを実施した。
出席者 櫻川防災危機管理小委員長
- 12月22日** 認知症対応力向上研修会を茨城県県南生涯学習センターで開催。認知症に関する現状と施策について県健康推進課より説明があり、「認知症の人の口を支える視点：断る理由にしないために」と題して東京都健康長寿医療センター歯科口腔外科部長の平野浩彦先生が、「認知症になっても美味しく食べたい！～希望を支えるかかりつけ歯科医の役割と実践～」と題して東京都健康長寿医療センター研究所自立促進と精神保健研究チーム認知症と精神保健の枝広あや子先生がそれぞれ講演された。
受講者 17名
- 1月10日** 第2回県国民健康保険運営協議会がWeb会議として開催され、県国民健康保険運営方針に係る取組状況等ほかについて協議が行われた。
出席者 柴岡常務
- 1月14日** 第66回茨城県総合リハビリテーションケア学会理事会が茨城県保健衛生会館にて開催され、会員動向、2024年度事業進捗、第27回学術集会の優秀演題賞選出、ホームページの刷新について協議を行った。
出席者 柳会長



水戸市歯科医師会 イブニングセミナー報告
統一テーマ：スタッフと共に学ぶ

新時代のカリオロジー ～そのむし歯、唾液のせいですよ！～

講師：ORCA・Club22・NMG所属・伊藤デンタルクリニック院長
伊藤 直人 先生



(社) 水戸市歯科医師会 学術委員 岡野 千春

令和6年11月19日（火）に水戸市歯科医師会主催のもと、Zoom配信によるWebセミナーが開催されました。カリエスブックの著者で知られています伊藤直人先生を4年連続でお招きし、第4回目となる今回は「その虫歯、唾液のせいですよ！」という演題で、う蝕と唾液の関係・う蝕予防についてなど、ご講演いただきました。以下に本講演の内容を要約し、ご報告いたします。

セミナー概要
2024/11/19 19:00-21:00 @zoom
(入室18:30)
講師 伊藤直人
質疑応答 20:40-21:00 (20min)

**新時代のカリオロジー
「そのう蝕、唾液のせいですよ。」**

Review う蝕の治療？
Review フッ化物、酸蝕症
口腔乾燥とう蝕
唾液量を調べる
口腔乾燥の原因と対策

伊藤直人
Naoto ITO
naoto1113@mac.com



度のリスク」とされています。実際、唾液減少の有病率は65歳以上の高齢者で30%にも及びますが、多くのケースは口腔内を見ても分からず、患者自身も自覚していないことが多いのです。

唾液についての知識を欠如したまま歯科治療を行うことは、まるで目隠しをして診療しているようなものです。皆さんも高齢者の患者さんで急速なう蝕の進行を目の当たりにした経験があるのでないでしょうか。

今回の講演では、う蝕と密接に関わる「唾液」についての知識と実践的なアプローチを学んでいきます。

唾液とう蝕の関係

日本は超高齢社会となり、私たち歯科医療従事者は高齢者におけるう蝕の増加という問題に直面しています。う蝕はバイオフィルムを介して起こる非感染性の多因子性疾患ですが、唾液はう蝕の進行において極めて重要な役割を果たします。

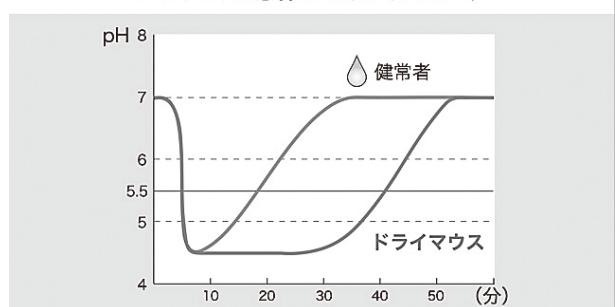
カリオロジーにおいて、唾液の減少はう蝕リスクの中でも最も高い「エクストリームリスク（極

唾液の働き

唾液には「う蝕の最大の防御」とも言われる「イオン貯蔵作用・浄化作用・緩衝作用」があります。エナメル質はハイドロキシアパタイトからなり、その成分はCa、PO₄、OHです。唾液中にはこのリン酸とカルシウムが非常に多く溶け出していますが、その結晶化を唾液リン・タンパク質が阻止しています。この働きにより、歯が溶け出さないのです。つまり、唾液イオンの働きによって「脱灰抑制」されていると言えます。同じくバイオフィルムの中にも多くのリン酸とカルシウムが含まれており、その量は唾液の3倍とも言われています。脱灰が起こると、バイオフィルム中のこれらは更に増し「再石灰化」が起こるというわけです。この「イオン貯蔵作用」はとても重要なポイントになります。

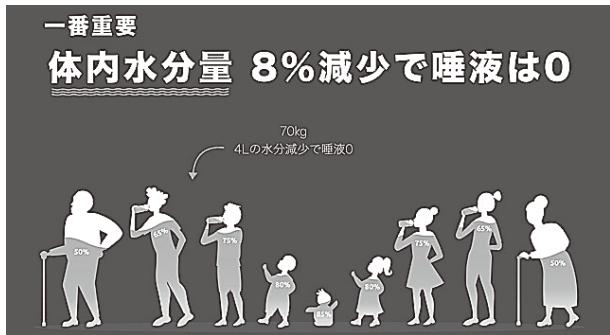
他に抑えておきたい2つの唾液の働きは「浄化作用」と「緩衝作用」です。「浄化作用」とは「糖」と「細菌」を唾液で洗い流すこと、また、「緩衝作用」とは、pHを中和する働きのことをいいます。ドライマウス患者のステファンカーブを見てみると、pHが正常に戻るまでに要する時間がかなり違います。ドライマウスは緩衝作用が遅く、う蝕になりやすい環境であるといえるでしょう。

ドライマウス患者のステファンカーブ



「安静時唾液」と、「刺激時唾液」

唾液の1日の合計分泌量は、大体500mlだそうです。これは、寝ている間・起きている間・食事中に出ている唾液を合わせたものです。唾液には「安静時唾液」と「刺激時唾液」があります。1分間に



に分泌される安静時唾液の量は、約3mlです。体内の水分量が不足していれば、必然的に唾液量も減少するであろうことは想像に難くないでしょう。十分な唾液量を分泌するためには、こまめな水分補給が重要となります。

刺激時唾液の量を調べる

実際に唾液量計測を行う場合、準備するものは「サリバーガムα・20mlのメートルグラス・5分計測できるタイマー」の3つです。刺激時唾液は1.0ml/分以下からう蝕のリスクが上がり、0.6ml/分以下はかなり危険な状態と言えます。

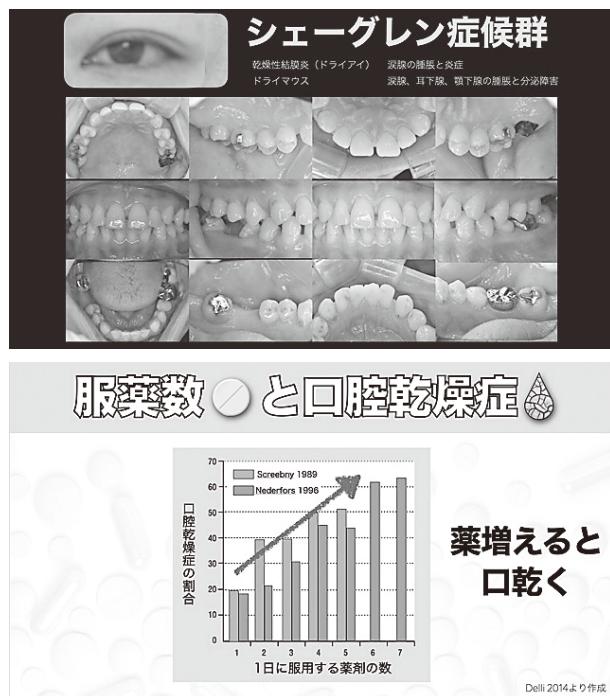


唾液の流れ

う蝕ができやすい場所は唾液の分泌が少なく、う蝕ができにくい場所には唾液が多い傾向にあることは、皆さんご存知の通りです。「耳下腺・頸下腺・舌下腺」の部位と密接に関係しています。「糖を摂取した時に薄まるまでに要する時間」を、部位別に表した結果を見ていくと、安静時唾液で最も時間がかかるところは、70分でした。つまりこの部位がう蝕のリスクが高い場所ということになります。

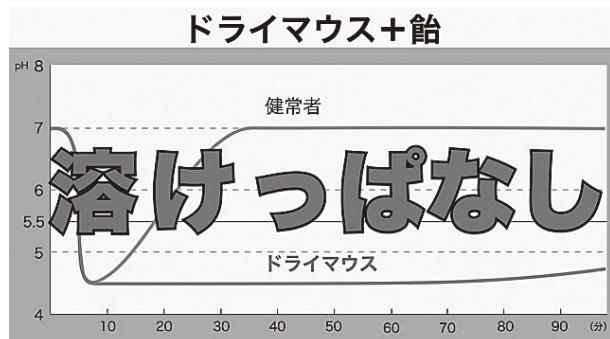
ドライマウスの原因

ドライマウスを疑うために知っておく必要があるものの一つとして、原因となる薬剤やシェーグレン症候群があります。問診票や患者様とのコミュニケーションの中で情報を引き出し、ドライマウスの兆候を見逃さないように心がけていきましょう。



口が渴いても飴をなめないで！

伊藤先生によると、「飴をなめる」という行為は、自然としてしまっていることが多いのだそうです。口の渴きを感じてなめるというより、ドライマウスであることを自覚しないままに求めてしまっていると言います。年配の方たちのコミュニティーや職業柄話すことが多い方、冬や花粉症の季節などでも、飴をなめる方は多いそうです。ド



ドライマウスの方が飴をなめると、口腔内はずっと歯が溶けっぱなしの状況になってしまいます。糖が入ってくるとpHは酸性に傾きますが、唾液が不足しているため唾液の浄化作用も緩衝作用も働きません。その結果、糖は洗い流されずに留まってpHも低いままになり、糖がどんどん増えていくという非常に危険な状況に陥ります。

ドライマウスの方に薦めたいう蝕予防の方法

ドライマウスという大きなデメリットとなる状況でも、う蝕は予防できるとされています。それは「pHを上げる」ことです。そのため私たちができるすることは「食後の歯磨きとフッ化物によるケアの指導」です。歯磨きはどの患者様もすぐにできる、最もシンプルな方法だと言えるでしょう。プラスケアのフッ化物利用も有効です。



最後に、ドライマウスは極度のリスクですが、私たちは技術と知識を身につけることによりアプローチすることができます。なぜなら「う窩は技術によって、う蝕は知識によって治すもの」だからです。

う蝕学はとても楽しいので、ぜひ興味をもって

いただき、明日からの診療に生かしてみてください、そして明日からぜひ唾液量を測ってみてください、と述べていただきました。

以上、本講演の要旨をご報告させていただきます。

第23回歯科医師会市民公開講座



(社)土浦石岡歯科医師会 寺澤 秀朗

去る令和6年11月17日（日曜日）に第23回歯科医師会市民公開講座ウララ講演会が県南生涯学習センターで開催されました。本公開講座も今年で23回目を迎えることができました。今回の歯科医師会市民公開講座には、223名と多くの市民の皆様に参加していただきました。

第一部の「歯科医師会からのお知らせ」は、「歯医者が苦手な方を笑顔に！～『歯科麻酔』をご存知ですか？」と題して、公益社団法人 茨城県歯



科医師会 口腔センター土浦 センター長 大串圭太 先生をお招きしてご講演をいただきました。大串先生は皆さんもよくご存じかと思いますが平成30年から公益社団法人 茨城県歯科医師会 口腔センター土浦 センター長に就任され地域の歯科医療機関では対応が困難な障がいがあり歯科治療を安全に受けることができない方、歯科診療に不安感や恐怖心が強く歯科治療を安全に受けることができない方を対象として日帰り全身麻醉・静

脈内鎮静法・笑気吸入鎮静法を用いながら地域医療を支えております。講演では参加者が気になっていることを咀嚼しながらわかり易い言葉でお話しをしていただきました。

第二部は、「掘りたて恐竜ミステリー」と題して、筑波大学 生命環境系 田中康平 先生をお招きしてご講演をいただきました。田中先生は、日本の恐竜ファンの間で「ダイナソーソー小林」との愛称で呼ばれている

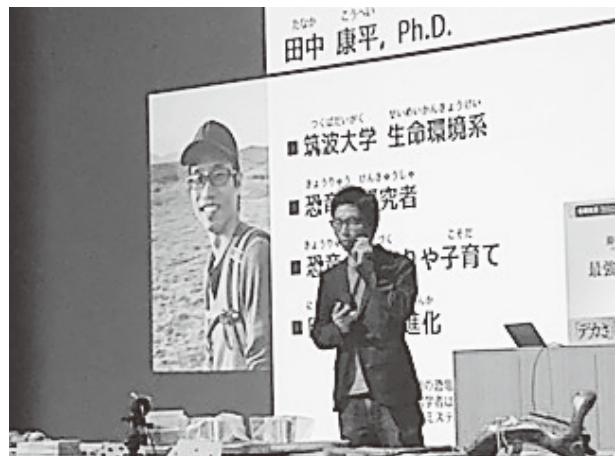
北海道大学の小林快次（よしつぐ）教授やカルガリー大学のダーラ・ザレツキー教授のもとで研究者として研鑽されたのち、現在の筑波大学において恐竜の繁殖行動や子育ての研究を中心に、恐竜の進化や生態を研究しています。

田中先生は『恐竜学者は止まらない！読み解け、卵化石ミステリー』、『最強の恐竜』の他にも多くの著書を執筆しており、その他にもNHKラジオ『子ども科学電話相談』の回答者として活躍中です。テレビ出演もされており、NHKテレビでは『ダーウィンが来た！』に出演されました。このように田中先生は多方面に渡りご活躍しております。

田中先生は世界を研究フィールドとしており、本講演会のほんの1ヶ月前にウズベキスタンでの発掘調査を終え帰国したばかりでした。本講演のタイトルではないですが「掘れたてほやほや」の最新情報を盛り込んでの講演でした。参加された子供たちは「田中康平ワールド」に引き込まれ「ワクワク・ドキドキ」と子供たちの心の鼓動が聞こえてくるような臨場感が溢れ出す講演会となりました。歯科医師会市民公開講座ということもあり、歯の化石の話あり、恐竜クイズありと参加された子供だけではなく委員会の先生たちも真剣に答えておりました。参加された子供たちの詳しい知識には驚かされ、恐竜化石の研究者なの？と思うくらいびっくりさせられました。講演会後も田中先生は参加された子供たちの質問に対してひとりひとり、真摯に答えていました。

さて、参加された方には仙台、宇都宮、東京と遠方から「何を手掛かりに知ってくださったのか？」と田中先生の人気にはこれまた驚きでした。

また、当日のアンケート結果から、「親子で興味を持ちながら聴講することができました」「歯科麻酔について詳しく知ることができました。恐竜の歯のしくみ、卵について親子で知識を深めることができた」「歯科の話を含め、知らないことも多く、ためになった」「大串先生の話も大変興味深く



よかったです。田中先生の話は期待以上でした」「緊張を和らげる麻酔の方法を知ることができてよかったです（かかりつけ医にお聞きしようと思います）。恐竜についての講演はクイズも交えて最後まで楽しく聞くことができました」「麻酔の話は、初めて聞くことができたので、貴重でした。恐竜の話は、発掘の話や映像、実験を盛りだくさんで、おもしろかったです」などここでは紹介しきれないほどの好意的なご意見やリクエストをいただきました。この歯科医師会市民公開講座が市民の方たちの口腔内の健康意識の向上のお役に立っていることを喜びに思いました。

今後もわれわれとして情報を発信できるように、より一層の努力をしていきますので皆様からのご指導ご鞭撻の程お願いいたします。

そして、来年度も秋ごろに第24回歯科医師会市民公開講座を開催いたします。ぜひ、ご興味のある方はご参加していただければ幸いかと思います。

みんなの写真館

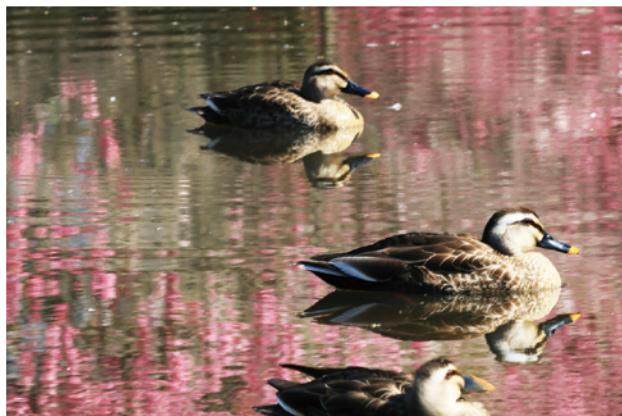
Photo
Gallery



茶畠と桜



紫陽花



池の水面に桃花が映り込んでます



大賀ハス 曇り空で残念です

古河公方公園の四季の様子です。

(社)茨城西南歯科医師会 関口 啓子

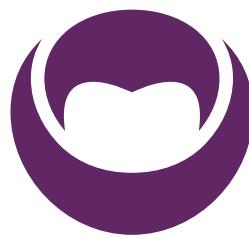
みんなの写真館写真募集！

このページには皆さんからの写真を掲載できます。表紙写真に関連した写真、ご自宅の古いアルバムに埋もれた写真などをお送り下さい。

会員数

令和6年12月31日現在

| 地 区 | 会員数 (前月比) |
|-------|-----------|
| 日 立 | 120 |
| 珂 北 | 145 |
| 水 戸 | 157 |
| 東西茨城 | 72 |
| 鹿 行 | 105 |
| 土浦石岡 | 176 |
| つくば | 150 |
| 県 南 | 181 |
| 県 西 | 154 |
| 西 南 | 100 |
| 準 会 員 | 13 |
| 合 計 | 1,373 |
| | +2 |



Ibaraki Dental Association

公益社団法人 茨城県歯科医師会

茨歯会報

発行日 令和7年2月
発 行 茨城県歯科医師会 水戸市見和2丁目292番地の1
電 話 029(252)2561~2 FAX 029(253)1075
ホームページ <https://www.ibasikai.or.jp/>
E-mailアドレス id-05-koho@ibasikai.or.jp

発行人 渡辺 進
編集人 柴岡 永子



この会報には、環境に配慮して植物油インキを使用しております。