

# 11月8日はいい歯の日



茨城県歯科医師会 PRキャラクター



## 「いい歯の日」にあたって ～健康寿命の延伸について～

公益社団法人 茨城県歯科医師会  
会長 森 永和 男

を突破し、本県の人口比率からすると24.8%、すなわち4人に1人が高齢者という超高齢化社会を迎えています。過疎化傾向にある一部の市町村では、その比率が40%に達しようとしているところもあります。

国民の健康に対する意識の向上と、それに向けての個人の努力、そして医療サービスの質的、量的向上などにより平均寿命が延び、世界に誇れる長寿国になったことは、非常に喜ばしい事と思えます。しかし、この「平均寿命」に対し、介護等を必要とせず自立した健康な生活を送れる期間、いわゆる「健康寿命」が追いつかない高齢化社会の到来が懸念されています。平均寿命と健康寿命の差は、言うならば「不健康な期間」を意味し、平成22年の国の調査では、男性が

9.13年、女性が12.68年となっています(図)。厚生労働省は「健康日本21」プランの中で、この差をできるだけ小さくし、自立した生活ができる期間を延ばす「健康寿命の延伸」を重点課題に掲げています。

健康寿命を延ばすためには、

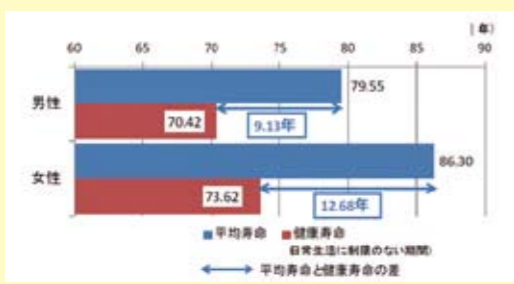
今までの医療体制の在り方を変えて行かなければなりません。すなわち「生きるための医療」から、「生活を支える医療、こころの医療」への転換です。人々が老後において楽しい生活を送れるため(QOLの向上)の医療と、予防医療体制の充実を図っていく必要があります。

具体的には、医療費の大半を占める糖尿病、高血圧、循環器系疾患などの生活習慣病や、現在、死亡原因の第3位である肺炎、さらには認知症などの改善・予防が重要ですが、これらの疾患と、歯、口の健康が密接に関連していることが、明らかになっています。つまり、これらの疾患を改善する最も近道が「歯・口の健康維持」にあるのです。

これらの点を県の皆様にご理解いただくため、茨城県歯科医師会では、県内各地で、「健口づくりキャンペーン」を実施しています。ご要望があれば、県内どこへでもお伺いし説明をさせていただきますので、お気軽に茨城県歯科医師会にお問い合わせください。

今後とも、「お口の健康こそ老後の幸せ」をモットーに、県民の皆様のご健康に寄与してまいりたいと考えております。

茨城県歯科医師会は、設立以来100年の歩みを重ね、本年4月には公益社団法人を取得し、県民の皆様の健康増進のため、様々な事業を展開しております。まず、皆様の本会事業に対する日頃のご理解、ご協力に對しまして、紙面をお借りし心より厚く御礼申し上げます。さて、ご承知のように、現在日本では高齢化社会が想像を超えるスピードで進んでいます。茨城県においても例外ではなく、65歳以上の高齢者が70万人



## 平成25年度 歯の衛生に関するポスター中央審査会入賞者

部	賞	作品名	作者
小学校の部	知事賞	8020 歯は一生の宝	つくば市立前野小学校6年 池島 公太郎
		歯の健康	茨城県立大子特別支援学校3年 尾吹 風香
	教育長賞	歯の健康	つくばみらい市立豊小学校3年 古谷 莉子
		歯の健康	茨城県立大子特別支援学校3年 木村 幸心
	歯科医師会長賞	歯の健康	茨城県立大子特別支援学校3年 齋藤 兆
		歯の健康	茨城県立大子特別支援学校3年 齋藤 兆

部	賞	作品名	作者
中学校の部	知事賞	歯の健康	常陸太田市立水府中学校1年 天下井 裕香
		歯の健康	常陸太田市立太田中学校3年 江尻 歩美
	教育長賞	歯の健康	結城市立結城南中学校3年 渡邊 あかり
		歯の健康	結城市立結城南中学校3年 館野 歩
	歯科医師会長賞	歯の健康	八千代町立東中学校2年 松田 直也
		歯の健康	八千代町立東中学校2年 松田 直也

賞	受賞者
茨城県歯科保健賞	茨城県歯科衛生士会 東西茨城支部
奨励賞	社会福祉法人 秀心会 こどものいえ保育園(日立市)
茨城県歯科医師会長より感謝状	坂東市健康づくり推進課

## 8020 高齢者よい歯のコンクール

賞	受賞者
最優秀	日立市 大森 竹男 (81歳)
優秀	小美玉市 小野 ちゑ (85歳) 土浦市 安藏 幸造 (82歳) 笠間市 山田 定次 (81歳)
シニア賞	下妻市 人見 清子 (80歳) 下妻市 中川 道子 (80歳) 土浦市 瓦谷 小佐七 (90歳)

## 親と子のコンクール (母と子)

賞	受賞者
最優秀	守谷市 佐伯 真由美(母) 颯太(子)
優秀	牛久市 稲葉 涼子(母) 康介(子) 水戸市 澤 真理子(母) 創士(子) 水戸市 伊藤 ひろみ(母) 陽葵(子) 水戸市 伊藤 ひろみ(母) 魁里(子)
特別賞	水戸市 AMPAABENG DORIS(母) 加藤 裕輝(子)

## 親と子のコンクール (父と子)

賞	受賞者
最優秀	水戸市 笠原 鉄聡(父) 穂乃華(子)
優秀	東海村 中山 裕暁(父) 美月(子) 守谷市 佐伯 太郎(父) 颯太(子)

## 第22回茨城県民歯科保健大会

ハチマルニイマル・ロクヨンニイヨン  
テーマ **8020・6424**をめざして  
(80歳で20本以上、64歳で24本以上の歯を保つ)

# 歯と口の健康フェスティバル

日時 平成25年 11月10日(日) 12:30~16:00 (受付 12:00~15:30)  
場所 茨城県歯科医師会館 (水戸市見和2丁目292-1) **入場無料**

**オープニング** 水戸市立見川小学校金管バンド部 演奏

**茨城ご当地ゆるキャラ大集合** (県内のゆるキャラが勢揃い! みんなで会いにきてね!)  
登場ゆるキャラ **みがこーモン、よ坊さん、ハッスル黄門、つちまる、はぎまる、まゆげった、なめりーミコット** 他

**茨城歯科専門学校 歯科衛生士科学生による「ひみこのはがいぜ」**  
よく噛むことの効用を楽しくわかりやすく説明

**体験・相談コーナー**  
・歯くきのサインを見逃すな  
・利き水コンテスト  
・フッ化物洗口体験  
・口の中の細菌を顕微鏡で見よう、ブラッシング指導  
・噛むカムチェック  
・マネキン実習体験  
・動物石膏模型ペインティング  
・健康チェック

**展示**  
・8020高齢者よい歯のコンクール受賞者インタビュー  
・親と子のよい歯のコンクール受賞者からのメッセージ  
・歯と口の健康に関するポスター優秀作品  
・茨城歯科専門学校紹介(歯科衛生士科・歯科技工士科)  
・ゆるキャラ大集合 登場キャラクター紹介  
・噛むかむレシビ賞受賞作品展示  
・人にやさしい器、笠間焼

**☆噛むかむレシビ大募集**  
茨城県歯科医師会では、噛む回数が増えるおいしいレシビを募集中。茨城県内の食材をいかした噛みごたえのあるレシビのご応募お待ちしております。

【問い合わせ先】 茨城県歯科医師会 ☎: 029-252-2561  
主催・ 茨城県歯科医師会 茨城県