

兵庫県保険医協会北阪神支部・第31回総会 記念講演

市民公開
入場無料

お口の中から考える健康長寿

～オーラルフレイル(口腔虚弱)をご存じですか?～

後援 神戸新聞、宝塚市

伊丹市

日時 10月2日(日) 15時～17時

会場 伊丹市立図書館ことば蔵 地下多目的室1

講師 神戸常盤大学短期大学部 口腔保健学科 教授

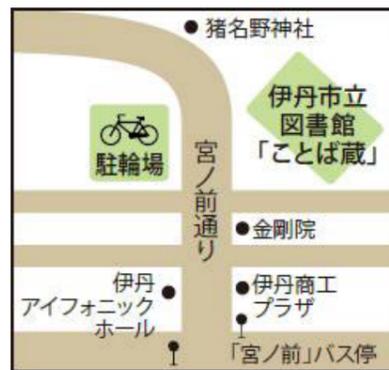
足立 了平先生

定員 100人



昔から、「歯が丈夫な人は元気だ」とか「手先を使う仕事をしている人はボケない」などと巷で伝えられてきました。このような伝承には根拠があるのでしょうか。いま、この伝承を科学的に解明して新しい健康づくりに活かそうという動きがあるのです。要介護者や寝たきり者は、健康な状態から徐々に体力が落ち、筋肉量の減少や低栄養による「フレイル(虚弱)」という状態を経過することがわかっています。

そのため、日本老年医学会はフレイルの予防と早期発見による対応を提言しています。さらには、フレイルの前段階には「口の虚弱」が存在することがわかってきました。歯がなくなって咀嚼や嚥下といった口腔機能が低下すると、低栄養や筋力低下を引起こし、ひいては要介護、胃瘻、寝たきりに移行するということです。このような虚弱ドミノの最上流に「口の崩壊」があるとしたら、口の手入れをして食べる・飲む機能を維持することで健康長寿が達成できるということになります。ぜひこの意外な老化予防法をお聞きください。【足立 記】



※阪急・JR伊丹駅より徒歩約10分。近隣の有料駐車場をご利用ください。

講師ご略歴 【講師紹介】大阪歯科大学卒業後、神戸市立中央市民病院・西市民病院歯科口腔外科を経て、2008年より神戸常盤大学短期大学部口腔保健学科教授(現職)、2010年よりとくわ病院歯科口腔外科部長を兼任【著書】「災害時の歯科保健医療対策」、「災害時の公衆衛生」など【役職】兵庫県病院歯科医会会長など

お問い合わせは、TEL: 078-393-1817 有本・横山・小川まで

(切り取らずにご返信ください) 【お申し込み】 FAX: 078-393-1802

- 総会議事 (伊丹市立図書館ことば蔵 2階会議室 1 14:00～) に参加します () 人
- 記念講演 (伊丹市立図書館ことば蔵地下多目的室 1 15:00～) に参加します () 人
- 懇親会 (ブルワリービレッジ長寿蔵 17:30～) に参加します () 人

地区 _____ 医療機関名 _____

氏名 _____

Tel _____ FAX _____

兵庫県保険医協会

北阪神支部 ニュース

2016年 9月25日号 No.263
 発行者 兵庫県保険医協会北阪神支部
 支部長 中井通治
 〒650-0024 神戸市中央区海岸通1-2-31
 神戸フコク生命海岸通ビル5階
 ☎(078)393-1801 FAX(078)393-1802
 http://www.hhk.jp/

～北阪神支部レクリエーション企画「丹波焼陶芸体験」～

できあがりを楽しみ

支部は8月27日、伊丹市内で丹波焼陶芸体験企画を開催した。丹波焼陶工の上中稲右衛門(うえなか いなえもん)氏を講師に、会員と家族、スタッフら9人が参加した。かわむら歯科スタッフのご家族の感想を紹介する。

今回の陶芸体験は丹波焼きでした。四年生の時に、学校で丹波焼きを習ったので、すごく楽しみでした。

はじめに、先生が見本を見せてくれました。私は、それを見て、簡単そうだったので、私にもできそうと思いました。先生の見本の作品には、いろいろなお皿、お酒のとっくりもありました。私は何を作ろうかなとワクワクしました。私は煮物を入れるお皿をつくることにしました。



上中稲右衛門氏(右端)の指導のもと、実際に体験してみる参加者

初めて、ねん土を持った時「重たくてザラザラしているなあ」と思いました。先生はねん土を上手に積み上げていたけれど、私がやると、どんどん横に広がり、難しかったです。でも、ろくろを回すのが楽しかったです。私の弟は、上手くできないと言ってしょんぼりしていたけれど、先生が「機械で作ったんじゃないからね。指の跡も手作りの味になっていいんだよ」と言ってくれました。先生が作品を丹波に持って帰って焼いてくれます。どんな窯で焼くのか見てみたいと思いました。

家に帰ってお父さんに陶芸体験のことを話しました。お父さんもやってみたいと言っていました。どんな作品になるか楽しみです。

【伊丹市・かわむら歯科スタッフ家族 田中結衣(11歳)】

会員投稿コーナー

日本石亀を守るには

伊丹市・工藤歯科医院 工藤 大八郎 先生

私は「ダーウィンが来た」という動物番組が好きで毎週観ている。

ある週、日本石亀の話があった。小型カメラやGPSを駆使した生態調査をして、里山の減少により日本石亀が絶滅の危機だという話だった。

話は変わるが、私の開業している伊丹市では、増殖し生態系を壊すと言われるミシシippiaカミミガメ対策推進プロジェクトがあり、亀に関する勉強会がある。ここでも日本石亀の減少が問題になっている。

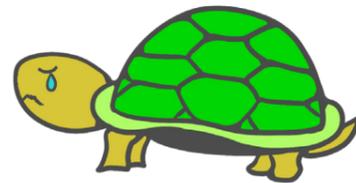
ただし、伊丹は里山とは言えないので、外来種の増加が原因とされている。そんなことで、日本石亀のことが個人的にも気になりだし、勉強することとなった。勉強するといろいろと面白いことが分かってきた。

日本では、日本石亀、スッポン、クサガメが固有種と言われていたが、最近のミトコンドリアDNAなどの解析などにより、クサガメが中国からの外来種であることが分かってきた。実は、江戸時代に徳川家光が鑑賞用に輸入したらしいのだ。つまり、クサガメも外来種ということになる。

また、このクサガメも曲者で、日本石亀と交雑個体をつくってしまう。この交雑個体は、カメマニアの中では「ウンキュウ」といって重宝される。そうなるともた日本石亀という固有の個体が減ってしまうのである。

最後に日本石亀を守るためには、3つの事が必要であると私は思う。

- 1つ、里山の復活
 - 1つ、ミシシippiaカミミガメ対策
 - 1つ、人間の過度な干渉の排除
- みんなで日本石亀を守ろう。



健康情報テレホンサービス

通話料無料 (0120) 979-451



< 10月のテーマ >

- | | | | |
|-----|--------------|-----|-----------------|
| 月曜日 | 不妊でお悩みの方へ | 木曜日 | 胃の病気は口臭に関係あるのか? |
| 火曜日 | 地域包括ケアシステムとは | 金土日 | 死にたいと思ったとき |
| 水曜日 | 甲状腺機能亢進症 | | |

ご家族・お知り合いの先生を ご紹介ください

保険医協会は県下で7,200人以上の医師・歯科医師が入会し、開業医が安心して診療に打ち込めるよう支えあう、開業医自身がつくる団体です。保険請求対策、審査指導対策、新規開業医研究会、受験セミナー、歯科定例研究会など開業医師・歯科医師の診療、経営、生活を全面的にサポートします。

また、3大共済制度(グループ保険・保険医年金・休業保障制度)への加入など、県下で1,500人を超える勤務医の先生方にご利用いただいております。

ご家族やお知り合いの先生で、まだ協会未入会の先生がいらっしゃいましたら、紹介状などのご協力を賜りますようお願い申し上げます。

お問い合わせ等は、組織部(Tel 078-393-1817)まで



幹事会だより

第349回 9月1日(木)伊丹市産業・情報センター会議室 参加 6人

◆北阪神支部の会員数と組織率

8/29現在 医科329人(72%)、歯科184人(55%)

◆情勢と医療運動対策

①T P P、自衛隊の海外派遣などの情勢②支部総会(10/2)、在宅医療研(9/3)、俳句企画(11/19)、新春政策研究会などについて意見交換した。

◆当面の支部活動

10月2日 支部総会・記念講演 14時～ 於・伊丹市立図書館ことば蔵

◆次回幹事会

10月6日(木)14時30分～ 於・伊丹市産業・情報センター

お問い合わせはTel 078-393-1817 有本・横山・小川まで



☆北阪神支部ニュースへの投稿を募集しています

支部ニュースへの投稿を募集しています。

日常診療にかかわることや、主張、趣味のお話などお寄せください。

TEL 078-393-1817 / FAX 078-393-1802 e-mail arimoto@doc-net.or.jp 担当;有本まで