

とちぎ歯の健康センターだより



No.14

2007

12月1日発行

- 【特集】歯科の“食育”（前編）
- 障害者歯科診療所 —スタッフ紹介—
- とちぎ歯の健康センター事業案内

とちぎ歯の健康センター



障害者歯科診療所

診療所スタッフが、4月から替わりましたのでご紹介します。

●坂 入 先生（専任歯科医師）

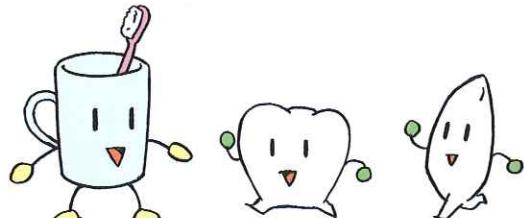


前任の村石三紀先生に代わって、この4月に着任しました坂入 博です。

寅さんの故郷・葛飾で20年この仕事に携わってきました。Down症や自閉症の人たちが大好きな歯医者です。皆さんのが楽しく通院できますよう、歯医者さんが大好きになってもらいますよう心がけるつもりです。そして、ご家族や介護される方々と一緒に障がいを持つ人たちに一番大切な“予防”を一生懸命やっていきたいと思っています。

どうぞよろしくお願ひします。

【現 在】日本小児歯科学会認定専門医
日本障害者歯科学会認定医
日本小児歯科学会関東地方会幹事
日本大学歯学部兼任講師



●歯科衛生士

9月から歯科衛生士が1名増え、4名になりました。
どうぞよろしくお願ひいたします。



橋 本
歯科衛生士

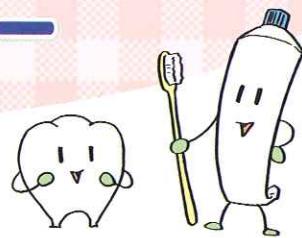
井 坂
歯科衛生士

重 盛
歯科衛生士

芳 野
歯科衛生士

とちぎ歯の健康センター

事業案内



巡回歯科診療

歯科巡回診療バス「ルリちゃん号」で、県内のへき地や障害者施設及び老人施設等へ歯科医師、歯科衛生士が訪問し歯科診療を行っています。

○へき地巡回診療(年30回)

無歯科医地区を有する市町村の中で、要請のあった地域を訪問し、地域住民の希望者に歯科診療を行ってます。

○施設巡回診療(年40回実施)

希望のあった障害者施設及び老人施設を訪問し、歯科診療を行ってます。

平成19年度実施施設(市町村別)

へき地巡回診療

日光市…栗山小学校
川俣小中学校
那珂川町…大内小学校
馬頭西小学校

施設巡回診療

[
(老)…老人施設
(障)…障害者施設]
宇都宮市…ひょうたん村(老)
こぶし作業所(障)
真岡市…きたはら(老)
栃木市…ゆーあい工房(障)
高根沢町…フローラりんくる(老)
鹿沼市…シンフォニーあわの(障)
日光市…夢の森・夢の里(障)
大田原市…エルムの園(障)
那須塩原市…さちの森(老)

視察・研修会

センターでは、県民や行政・団体などを対象に、歯についての講習会や実習を伴う視察研修を行っています。

その他、歯科医療関係者の研修会も開催しています。



永久歯等対策事業

要請のあった県内の保育所(園)・幼稚園の児童と保護者等を対象に、「6歳臼歯」を中心に歯科保健指導を行っています。



また、今年度より、要請のあった障害児通園施設及び特別支援学校の児童と保護者を対象に歯科保健指導を行っております。

市町からの要請に基づき、歯科保健対策事業に関する企画等の際の相談等も行っています。

展示コーナー・図書資料室

センター2階には、各ライフステージにおける口腔ケアのパネルや模型が展示してある展示コーナーがあります。歯磨きチェック・口臭チェック・口の中の細菌観察・パソコンゲームなどを体験しながら、口腔ケアについて学ぶことが出来ます。また、図書資料室には図書やビデオ等資料を揃えてあり、自由に閲覧もできます。

上記事業を希望される方は、当センターにご連絡ください。

☎028(648)6480 ムシバゼロ

「栃木県の歯科保健」のホームページに「とちぎ歯の健康センター」の事業内容を掲載しておりますのでご覧ください。

<http://www.tochigi-da.or.jp>

歯科の“食育” 前編

とちぎ歯の健康センター

専任歯科医 坂入 博



“食べること”というのは当たり前のことですが、“呼吸をすること”とともに生きることそのものです。そして、“おいしく食べるということ”は生きる喜びを味わうということです。

いま、日本人の食文化が変わりつつあります。“食べること”的大切さをあらためて考えなければならない時代になってきました。

わが国では平成17年6月に食育基本法が制定され、各分野で“食育”についての啓蒙活動が活発に行われています。主に、食材を含む食環境の改善や育児、教育などの分野でのアピールが多いのですが、いうまでもなく食べる場所は“口”です。そこで、“口”的専門化である歯科医療従事者が行う食育について紹介します。

お母さん、乳幼児、子供たちへの“食育”

ここ数年来、子供たちのむし歯は減ってきています。口の中は健康になってきているのに肥満や極端な痩身(やせ)、食物アレルギーやアトピーなどが増えています。どうしてなのでしょうか？

それは子供たちを取り囲む生活・社会環境が急速に変化し、食生活に大きな変化をもたらしたことから、こころとからだの健康に大きな影響を及ぼしているのだと考えられています。

そしてその問題はお母さんのお腹の中から始まっています。

アレルギーマーチと指摘されるほど、妊婦の動物

性食品摂取による高蛋白摂取から始まって、離乳期からの食生活や環境汚染など複合的な要因でアレルギー症候群が発症し、さらに高齢期までの長期間継続されることが多いとなっています。

様々な要因と社会の環境(例えば核家族化や母親の就労など)がこういった問題の背景にあることが示唆されていますが、親たちもまた悩み苦労しているという現実があります。

子供のためによかれと苦労してやっているのに受け入れない子どもに対する苛立ちや葛藤を訴える母親も少なくありません。これらの背景を理解した上で母親と接し、どうしたらより健康的な生活を送れるかを共に考え、支援するのが歯科の食育です。

歯科医院では

患者さんとの雑談の中で、食べ物や子育ての話題を積極的に話し、悩み事相談をします。

口腔の健康面に限らず、生活習慣形成や糖質、塩分、カロリーの採り過ぎなど全身の健康に繋がる指導へと展開します。子どもの「食育」は“生活習慣改



善支援”および“子育て支援”の視点に立った指導をします。

学校では

学校歯科保健と食育の密接なかわりは明確になっています。

栄養教諭、養護教諭とともに食育と学校歯科保健の関連、学校教育における役割や活動内容を明確にし、積極的にかかわりあう必要があるでしょう。

検診では

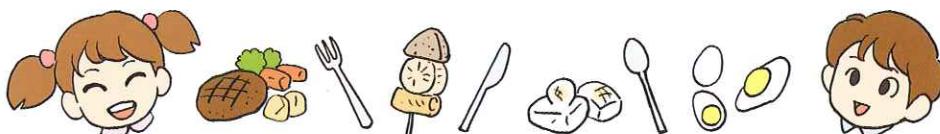
1.6歳児検診、3歳児検診などでは食べ方に対する相談が多いようです。機能的な問題、習慣上の問題などを整理して必要があれば摂食指導や病院の摂食指導外来などへの紹介を行います。



「変化してきた現代の食習慣、食行動」

①朝食の欠食、②家族揃って夕食をとる頻度が減少、③おやつを規則的に与えることが減少(頻回食)、④食に関する知識や技術の不足(調理法、食事マナーを知らない)、⑤外食が多く、高エネルギー食が多い、⑥市販の離乳食や調理済み食品等の利用の増加、⑦間食・食事に甘味食品、飲料類の摂取が多い(食事量が少ない)、⑧噛まない、噛めない、よく飲み込めない、⑨逸脱的食行動(特定の調味料をたくさん使う)、⑩食習慣(主食と副食を交互に食べない、熱いものを食べない)、⑪伝統食料理および地域物産料理の減少などなど

どれくらい思い当たりますか？ 便利さや経済性を優先させていませんか？



「離乳期の幼児食」

離乳期の幼児食は犬歯の後ろの奥歯(第一乳臼歯)のはえ方を見ながら進めましょう。

日本人の歯がはえてくるのが今まで考えられていたより少し遅いことが最近の研究でわかりました。第一乳臼歯がはえ始めるのは1歳4か月頃で、上下の第一乳臼歯の噛み合わせが完成するのは1歳8か月頃です。(これも人によって違いがありますから心配しないでください)

この歯が生え揃うまではおでんや煮込みハンバーグなどの柔らかな食品を食べさせ、生え揃ったら噛みつぶしができるようになるので、卵焼き、コロッケのようなそれほど硬くない食品をあげます。もち、たこ、こんにゃくなどの食材やとんかつ、ステーキのような料理は乳歯の噛み合わせが完成する3歳すぎまで待ちましょう。

*本文は社団法人日本歯科医師会刊行の“食育推進支援ガイド”をわかりやすく抜粋、加筆したものです。
*後編は成人、高齢者の食育についてです。

(財)8020推進財団理事長賞発表

(財)8020推進財団では、8020運動の普及啓発を目的に、8020を達成されているお年寄りに対し、財団法人8020推進財団理事長賞を贈呈する表彰事業を実施しております。

本県におきましても県内の各歯科医師会より候補者を推薦いただき、平成19年度は下記の方が受賞をされましたのでお知らせいたします。

- | | |
|------------|------------|
| ○小 池 政 弘 様 | ○狐 塚 ミ ヤ 様 |
| ○末 石 リ イ 様 | ○大 橋 光 様 |
| ○高 橋 誠一郎 様 | ○山 本 昭 次 様 |
| ○渡 辺 清 様 | ○加 藤 善 昨 様 |
| ○室 井 米 子 様 | ○屋 代 博 次 様 |

以上、10名の皆様おめでとうございました。☆☆



とちぎ歯の健康センター

《ホームページ》 <http://www.tochigi-da.or.jp/center.html>

利用のご案内

● 開館時間

- | | |
|-----------------------|-------------------|
| ・障害者の歯科診療 | 午前9時～12時 |
| (予約制) | 午後1時30分
～4時30分 |
| (予約直通) ☎ 028(648)6472 | |
| ・歯科相談・指導
(電話・来所) | 午前9時～
午後4時30分 |
| ・展示コーナー | |

● 休館日

土・日・国民の祝日
年末・年始(12月28日～1月4日)



とちぎ歯の健康センター 代表者 新井 武

発行責任者 宇都宮市一の沢2丁目2番5号

☎ 028(648)6480 (代表)

印刷所 / (有)正栄社印刷所 宇都宮市下砥上町1438 TEL 028(648)3624