

健康長寿の鍵は“口”にあり



対談

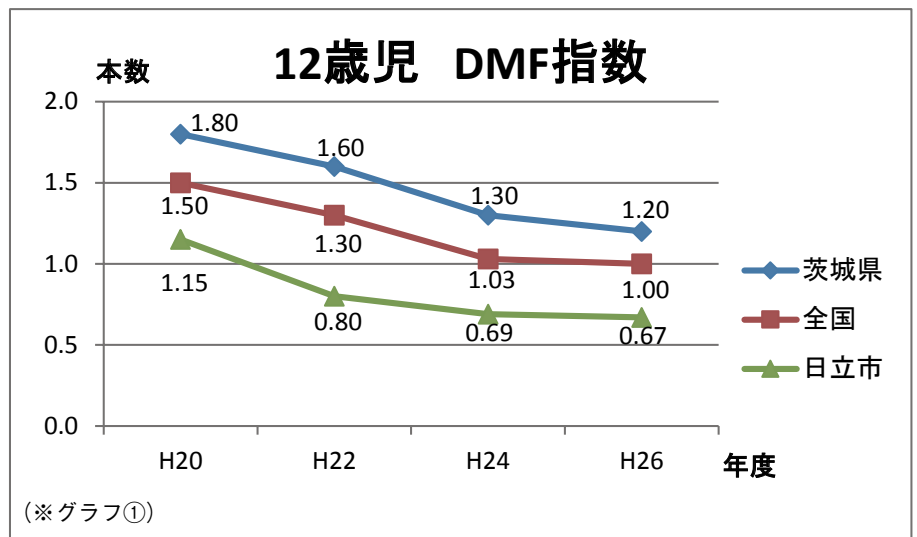
日立市長 小川春樹氏
日立歯科医師会長 間宮高弘氏

一般社団法人日立歯科医師会（日立市・高萩市・北茨城市）が今年、創立90周年を迎えました。この間、同歯科医師会は、歯科保健活動を通じて県北地域住民の健康増進のため尽力してきました。90年の節目を迎え、間宮高弘日立歯科医師会会長と小川春樹日立市長がこれまでの足跡を振り返るとともに、今後の展望について語っていただきました。

（聞き手は二方善郎茨城新聞社日立支社長）

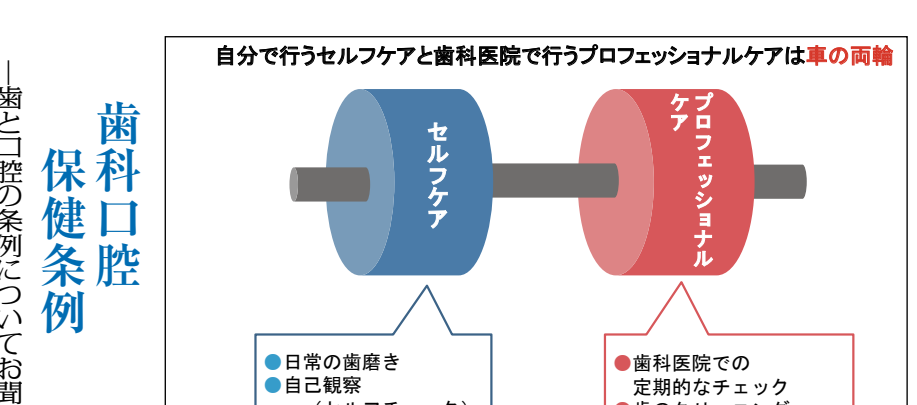
難敵！むし歯と歯周病

日立歯科医師会創立90周年を迎えてご感想をお聞かせ下さい。
間宮 私たち一般社団法人日立歯科医師会は、大正15年創立以来90年間、この日立市を含む県北地域の皆様の健康維持増進のために積極的に活動してまいりました。かつて歯科治療は「むし歯を削って詰めたら終わり」のイメージが強かったように、対症療法が主であった時代もありました。近年はDMF指数（むし歯にかかったことのある歯）でも明らかのように青年期までのむし歯は減少傾向にあります（※グラフ①）。



自覚症状を感じることが少なく、患者さんが異変を訴えてこられる時には重症化していることが特徴的です。そして治療には多くの時間を費やすことになり、残念ながら歯を失うことも少なくありません。むし歯の治療と比較して、慢性疾患である歯周病治療は長期にわたり、疾患への理解と治療に向けての根気強さが必要です。歯周病だけでなくむし歯も同じですが、進行すると元に戻すことは大変困難です。その観点から治療のためだけに歯科医院を訪れるのではなく、健康維持のため定期的に歯科医院を訪れることが大切です。

さらには噛むことで脳の働きが活性化し、認知症の予防にも関係していることも明らかになってきています。こちらのグラフは残存歯数と年間医療費の関係を示しています（※グラフ②）。年間医療費は残存歯数が「0～4本」の人は「20本以上」の人の17万5900円多く、1.5倍の差があります。中でも糖尿病医療費は、歯が「0～4本」の人は「20本以上」残っている人に比べて1.3倍、さらに虚血性心疾患医療費に至っては、「重症の歯周病の人」は「歯ぐきが健康な人の3.4倍かかっています。このように、口腔の健康が全身疾患と深く関係していることは、医療費の面から見ても明らかです。



受けられる口腔がん検診、幼児健診でのフッ素塗布など、他市町村では、なかなかみられない充実した歯科保健事業が日立市では行われており、中でも市内全中学校（県立私立も含む）1年生を対象にした「歯と口の健康教室」や、何かが口に入ると、何かが歯に及ぼす影響が、喫煙防止と歯周病予防がテーマで、最近話題の受動喫煙の害についても詳しくお話ししていただき、大変好評を得ております。

また、本市と日立歯科医師会との間で「災害時の歯科医療救護についての協定」を締結できたことで、災害時においても市民が歯科医療の支援を受けられることは、大変心強いことと思っております。

健康づくりは、歯と口から
未来へ向けて一言お願いいたします。

間宮 本年、90周年を迎えるにあたり、今までの事業や活動を振り返ってきましたが、本当に多くの方々や、自治体をはじめ様々な団体のご支援やご協力のおかげで成り立ってきたことを実感しております。日立歯科医師会は今後も変わらぬお力添えをお願いいたします。ありがとうございます。

小川 現在、本市では、本年を地方創生の実践の年と位置づけ、昨年策定した「日立市まち・ひと・しごと創生総合戦略」に基づき、市民の皆さんの笑顔が輝く心にとやさしいまちづくりを進めておられます。市民の皆様が健康で安心して暮らすためには、健康づくりへの取り組みは、大変重要なものであり、歯と口の健康は、皆様の健康に大きく寄与するものと考えています。

今後は、日立歯科医師会の先生方の御協力をいただきながら日立市の歯科保健対策を推進してまいりますので、今後も御協力をよろしくお願いいたします。

かかりつけ歯科医を持つ人は長生き

「かかりつけ歯科医を持つ人は、なぜ長生きにつながるのでしょうか。」
間宮 歯や口の働きには、噛む・飲む・味わう・話す・笑う等があげられ、日常生活の大半の役割を果たしています。健全な口腔を保持することは、健康で充実した有意義な生活を送ることができ、全身的疾患を予防していくことが明らかになってきています。

歯が多く残っている人ほど年間医療費が少ない



小川 本市は、平成25年4月1日に、議員提案による「日立市歯と口腔の健康づくり推進条例」が施行されました。この条例は、市民の歯と口腔の健康づくりに関し生涯にわたり適切な歯と口腔の保健サービス及び医療の提供を受けることができる環境整備を推進することを基本理念としています。

また「ひたち健康づくりプラン21（第2次）」では、「みんなでのぼる健康寿命」を合言葉に、生涯を通じて健康づくりを市民の皆様と一丸となって進めています。「歯と口腔の健康」分野では「むし歯と歯周病を防止8020・6424を目標とし、妊産婦から乳幼児期、学童期、青少年期、壮年期、高齢期のライフステージ別に各歯科保健事業に取り組んでまいります。

日立歯科医師会の御協力により、地域に届くための歯科講座や、6月と11月の歯科イベントの実施、さらに平成27年度からは無料

島田 洋七氏 講演会

笑顔で生きんしゃい！ 明日も笑おう！！

日時：11月12日(土) 無料
13:00～15:00

会場：日立シビックセンター 音楽ホール
(日立市幸町1の21の1)

定員 700名 事前申し込み制 (全席自由)

講演会は事前申込制(先着順)です。代表者は住所、電話番号、参加人数を明記のうえ、ハガキ・ファクスにて日立歯科医師会までお申し込み下さい。QRコード、ホームページからも申し込みできます。

※いただいた個人情報は、ご本人の同意がない限り第三者に提供しません。

日立歯科医師会
〒316-0004 日立市東多賀町5-6-15
Tel 0294(35)7400 ファクス 0294(38)0407

日立歯科医師会 検索

