

# 第20回 山形県歯科保健大会

# 健康 長寿

こよく噛んで健康寿命をのばそう！  
お口の健康から始まる心と身体の健康と幸せについて県民皆で考えてみましょう！

11月8日から11月14日までは「いい歯の週間」です

平成  
30年11月4日 日

13:00開演

**入場無料** 山形ビッグウイング  
2F大会議室

どなたでも自由に  
参加できます

歯科保健関係表彰 13:10～

- HAPPY COME COME  
8020達成者コンクール表彰
- 山形県歯科保健功労者表彰
- 山形県ヘルシースマイル校表彰
- 山形県保育所(園)・幼稚園・認定こども園・  
児童館よい歯の表彰
- 歯・口の健康に関する図画・  
ポスター・標語コンクール表彰

第53回歯・口の健康に  
関する図画・ポスター・  
標語コンクール入賞作  
品展示



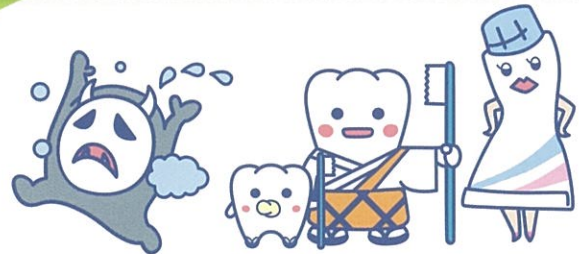
講演 14:00～

演題

健康長寿への第一歩：  
オーラルフレイル予防とは

講師 東京都健康長寿医療センター  
歯科口腔外科 部長

ひらの ひろひこ  
平野 浩彦 先生



主催 山形県・一般社団法人山形県歯科医師会

後援団体 山形県教育委員会、山形県市長会、山形県町村会、山形労働局、山形県学校保健連合会、日本歯科医師会、日本学校歯科医会、  
山形県医師会、山形県薬剤師会、山形県看護協会、山形県栄養士会、山形県食生活改善推進協議会、山形県私立幼稚園・認定こども園協会、  
山形県老人クラブ連合会、山形県社会福祉協議会、山形県歯科衛生士会、山形県歯科技工士会、山形県社会福祉士会、  
山形県理学療法士会、山形県介護福祉士会、山形県介護支援専門員協会、山形県鍼灸マッサージ師会、山形県作業療法士会、  
全国健康保険協会山形支部、山形産業保健総合支援センター、NHK山形放送局、山形新聞・山形放送、山形テレビ、テレビユー山形、  
さくらんぼテレビ

お問い合わせ

(一社)山形県歯科医師会

〒990-0031 山形市十日町二丁目4-35

TEL.023-632-8020 FAX.023-631-7477

URL <http://www.keishi.org/>



# 第20回 山形県歯科保健大会

**演題**

## 健康長寿への第一歩： オーラルフレイル予防とは

**講師**

東京都健康長寿医療センター  
歯科口腔外科 部長

ひらの ひろひこ  
**平野 浩彦** 先生

**【講演抄録】**

現代の高齢者は自分の歯を多く残されており、80歳で20本の歯を残すことを目標とした「8020運動」達成者は、5割を超えています(2017年調査)。こういった口の状況となった現在、高齢者の快適な食を支えるためには、歯の本数だけではなく、それに加えて「口の働き(口腔機能)のささいな衰え」を軽視しないことの重要性が注目され、「オーラルフレイル」という概念が提案されました。これは、口まわりの「ささいな衰え」を放置することが、お口だけでなく身体状態までミノ倒しのように「負の連鎖」がたがなる危険性へ警鐘を鳴らした概念です。具体的には、口の機能低下が生じ、滑舌が悪くなり、噛みにくいと感ずる食品が増え、それを放置(もしくは軽視)してしまうと、次なる段階として、食欲低下やバランスのよい食事を摂ることが難しくなり、噛む力や舌の動き、食べる量が低下し、さらに低栄養、サルコペニア(筋肉減少症)を引き起こすといった現象です。今回の機会が、口まわりの「ささいな衰え」を見逃さず、いつまでも食事を楽しめる口を維持する、オーラルフレイル予防のための一助になれば幸いです。

**略歴**

日本大学松戸歯学部卒業 医学博士  
平成 2年 東京都老人医療センター 歯科口腔外科 研修医  
平成 3年 国立東京第二病院 口腔外科 研修医  
平成 4年 東京都老人医療センター 歯科口腔外科主事  
平成14年 同センター医長  
(東京都老人医療センター・東京都老人総合研究所の組織編成により東京都健康長寿医療センターへ名称変更)  
平成21年 東京都健康長寿医療センター研究所 専門副部長  
平成28年 東京都健康長寿医療センター歯科口腔外科 部長  
現在に至る

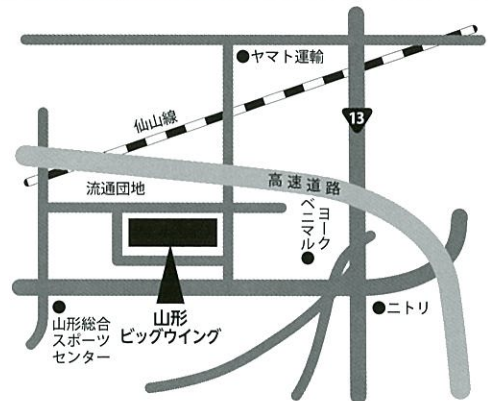
日本老年学会 理事  
日本サルコペニア・フレイル学会 理事  
日本応用老年学会 理事  
日本老年歯科医学会 理事・専門医・指導医・摂食機能療法専門歯科医師  
日本老年医学会 代議員  
日本大学 客員教授  
東京歯科大学 非常勤講師  
昭和大学歯学部 非常勤講師  
東京医科歯科大学歯学部 非常勤講師  
九州歯科大学歯学部 非常勤講師

**FAX.023-631-7477 山形県歯科医師会**

**第20回 山形県歯科保健大会  
【FAX申込用紙】**

参加ご希望の方はFAX等で人数をお知らせ下さい。  
(尚、当日のご参加も可能です)

御申込者	
御住所	(〒 - )
電話	( )
参加人数	人



**山形ビッグウイング**  
山形市平久保100 TEL:023-635-3100  
無料駐車場有(1000台)

**お問い合わせ**

**(一社)山形県歯科医師会**

〒990-0031 山形市十日町二丁目4-35  
TEL.023-632-8020 FAX.023-631-7477

**URL** <http://www.keishi.org/>