

レインボー

2011/6/10
岡山操山高等学校
生徒保健委員会
広報班 2年
那須 孔明・佐々木 力也
河内 厚志・原田 陽輔

6月4日(土)～10日(金)は歯の衛生週間！！

本年度の歯の衛生週間の標語は「**みがこうよ 未来へつなげる じょうぶな歯**」です。
国・岡山県ともに“8020運動の推進”を重点目標として掲げています。

今さらですが・・・“8020運動”とは？

歯科保健分野において、平成元年度から全国各地で展開されている運動です。
80歳になっても自分の歯を20本以上保つことを目標としています。80歳は日本人のおおよその平均寿命を意味しており、20本の歯はなんでもおいしく食べることができるという咀嚼機能に目的をおいた数値です。
平成17年歯科疾患実態調査における80歳の1人平均現在歯数の推定値は9.8本（平成5年5.9本、平成11年8.2本）、80歳で20本以上の現在歯を持つ者の割合の推定値は、24.1%（平成5年10.9%、平成11年15.3%）です。

参考：厚生労働省 歯科疾患実態調査 <http://www.mhlw.go.jp/toukei/list/62-17.html>

私達高校生は現在、多くの人が、30本前後の歯を持っています。80歳というと、私たち高校生にとってはなんと60年以上後のことですが、そこまでの長い道のりの過程で失った歯は、二度と取り戻せません。歯を失う大きな原因は歯周病とむし歯です。日々の歯磨き習慣を、丁寧に続けていくことがやはり大切です。



と、いうわけで
今回の保健便りでは
歯が君たちの生活に
どれほど大切なのか
知ってもらうため、
歯のありがたみを
分らせてやるぜい！

歯の役割 ～改めてまず大切な役割を確認

1. 咀嚼（そしゃく）機能

口に取り入れた食べ物を歯で噛むこと。唾液と食べ物をよく混ぜ合わせることで消化酵素がよく働くようになる。

愛のこもった弁当からちゃんと栄養とろうぜい！

2. 言語機能

言葉を発するときにも唇や舌だけでなく歯が大切です。

面接対策・・・コミュニケーションは基本だぜい！

3. 運動能力との関係

噛み合わせのしっかりした人は体の重心も安定し、片足立ちのできる時間が長かったという報告もあります。

部活で結果出そうぜい！

4. 脳の活性化・認知症予防

歯で噛むことで、脳に血液が流れ、脳に刺激を与えることにより、認知症の予防になります。

記憶力アップを目指そうぜい！

参考：「歯・口の働きとつくり」少年写真新聞社

23年度操山生 歯科検診結果から

↓歯科検診後に歯周病やむし歯のため要治療と指示された者は次の表のとおりです。

	1組	2組	3組	4組	5組	6組	7組	合計(人)
1年	10	10	11	16	15	13	10	85
2年	7	9	7	3	10	6	7	49
3年	5	12	13	7	8	11	4	60

1年生・・・例年に比べて圧倒的に要治療者が多いです。早く受診しましょう。

2年生・・・なるべく修学旅行までに受診しましょう。飛行機乗りますよ。

3年生・・・受験にカツ！カツを食べるためにも歯を治しておきましょう。

★治療指示書をなくした人は保健室に申し出てください★

～ 哲道マニア 2年7組笹埜健斗君に歯について哲学的に聞いてみました ～

Q.「僕にはむし歯があります。歯について哲学してください！！」

A. 私が歯と聞いて連想するのは、歯痛です。今回は「歯痛」、もっと哲学的に言えば「痛み」について考えます。恋の痛みは基本的に放っておけばいいですが、歯痛はそうはいきませぬ。歯痛を経験した人の中で、次のような哲学的な人はいませんか。もしかしたら痛みを感じているのは自分だけで、他の人達は痛いふりをしていてだけで、何も感じずに自動的に反応しているだけかも…。そう思ったことがあるなら、一緒に哲学をやりませんか。考えてみれば、私と他人とが全く同じ「痛み」を感じているはずはない。だから、私は他人の「痛み」を感じることは出来ない。それなのに、私はその「痛み」に共感することが出来る。不思議です。この度の震災についても同じことが言えます。私達は震災の当事者でなくても、「痛み」を共感できる、あるいは共感しようと努められる。そこから、支援の意識にも繋がります。私はその行動に、私達人間の真の力を感じます。

歯を哲学する・・・深いですね。笹埜君、ありがとうございました。

皆さんご存じのとおり、笹埜君はこの5月からウィーンで開催された国際哲学オリンピックに日本代表として出場しています。

治療の必要な皆さん！

放置して、歯の痛みが生じるのを待つのではなく、早急に受診しましょう。

放置して、治療に要する時間や費用が増加するのはもったいない！

思い出そう、歯科講話「歯無しにならない話」

今月8・9日には1年生を対象とした歯科講話が行われました。2・3年生も覚えていますか？

キーワード

「よく噛むことは、あ・い・な・の・だ！」

3つの輪

ブラッシングの基本は小刻みに、歯と歯の間はたて磨き

顎関節症

生活習慣 など・・・

こういった、歯の大切さを知る機会を生かしましょうっ！



今回は、歯の大切さを知ってもらう保健だよりでした。歯科検診の結果からも分かるように、まだまだみんなが十～分に歯を大切にしているとはいえませぬ。では、続きはまたの機会に。

