

# 歯っぴいタイムス

No.007

歯っぴいタイムス 第7号  
発行/ 歯厚木歯科医師会  
発行日/平成21年11月15日  
TEL 046 (224) 6081  
HPアドレス  
<http://atsugi-dental.or.jp/>



Atsugi Dental Association  
設立 1974年



ベストスマイル・オブ・ザ・イヤー 2008 受賞者

「いい歯の日」は知っていても、「いい歯の日」はあまりなじみが無いかもしれません。お口の健康と全身の健康が密接に関連していることがわかってきた現在、出来るだけ歯に関心を持っていただく機会が増えれば、というこ

よい歯でいきいき 0020

11月8日は「いい歯の日」

ご存じですか? 11月8日は「いい歯の日」です。6月4日のむし歯予防デーは知っていても、「いい歯の日」はあまりなじみが無いかもしれません。お口の健康と全身の健康が密接に関連していることがわかってきた現在、出来るだけ歯に関心を持っていただく機会が増えれば、というこ

この日を中心にもし歯予防のキャンペーンも各地で行われています。日本歯科医師会では、毎年この時期に全国の歯科医の投票により、文化人・著名人の中からその年、最も笑顔が素敵で男女を選出する「ベストスマイル・オブ・ザ・イヤー賞」の選出も行って



の谷本歩実さんとミュージ

この日を中心にもし歯予防のキャンペーンも各地で行われています。日本歯科医師会では、毎年この時期に全国の歯科医の投票により、文化人・著名人の中からその年、最も笑顔が素敵で男女を選出する「ベストスマイル・オブ・ザ・イヤー賞」の選出も行って

シャンのDAIGOさんが受賞しました。今年は何が選ばれるでしょうか。

また、予防歯科の重要性を広く一般の方々に認識してもらうためにも、「予防さん」というキャラクターが誕生し、仲間とともに活躍しています。皆さんもかかりつけの歯科医院でご覧になったことはありませんか。

厚木歯科医師会でも、市町村の行政と協力して、「いい歯の日」を含む1年の後半には、成人歯科健康診査を実施しています。また、乳幼児歯科健康診査として、1歳半、2歳、3歳半のお子さんの、健診を行っており、保育園児、幼稚園児、なじみ深いところでは小学校、中学校、高校の児童

生徒を対象にした学校歯科健康診断も行われています。そして今年度から始まった厚木市妊婦歯科健康診査があります。安全な出産や生まれてくるお子様のために、妊娠期間中もお口の健康を心掛けます。



また、厚木歯科医師会では、行政と協力した健診から、ガン検診や、事業所歯科検診のように歯科医師会単独で行っている事業もあります。

歯の生えただばかりの乳幼児から、高齢の方まで、すべての年代に対応できるような健康診査のシステムが理想ですが、皆さんも、「いい歯の日」をきっかけにして、気軽にかかりつけの歯医者さんに受診してみてください。

# 歯から始まる健康ライフ

## 歯磨きで

# がんリスク3割減

## 1日2回以上が効果的

### 歯磨きをしてがん予防

も朝と夜に磨けば、がん予防に役立つ」と話しています。

1日2回以上歯を磨く人が口の中や食道のがんになる危険性は、1回の人より3割低いとの研究結果を、愛知県がんセンター研究所(名古屋市中区)がまとめました。(平成21年9月27日) 全く磨かない人の危険性は、1回の人より1.8倍でした。約3800人を対象とした疫学調査の結果で、歯磨き習慣と発がんの関連を示す報告は国内初ということ

同センターを受診した人の中から、口の中やのどなどの頭頸部がんと食道がんの患者計961人と、がんでない2883人に、歯磨きや喫煙、飲酒などの習慣を聞きました。年齢は20〜79歳で平均は61歳。

です。横浜市で10月1日から開催された日本癌学会で発表されました。

解析した結果、2回以上磨く人は1回の人に比べ、がんになる危険性が約29%低く、全く磨かない人の危険性は2回以上磨く人の2.5倍でした。喫煙や飲酒をする人だけの解析でも同様の結果で、歯磨き習慣がないことが、ほかの危険因子と関係なく、独立したがんの危険因子であることを強く示すものだといい

同研究所疫学予防部の松尾恵太郎室長は「口やのどには発がん物質とされるアセトアルデヒドを作る細菌がいる。歯磨きで細菌や発がん物質が洗い流されるので、少なくとも

とです。

## 歯周病とガンとの関連

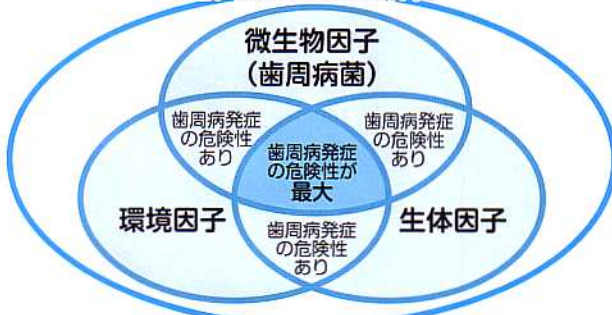
また、昨年の5月には、歯周病によりがんのリスクが高まる可能性があるとの研究結果が報告されています。インペリアル・カレッジ・ロンドンのドミニク・ミシヨ博士らが専門誌に発表しました。

歯周病歴のある男性医療専門家を対象にした長期研究で、がんを患う可能性が全体的に14%高いことが判明したのです。論文では「喫煙その他のリスク要因を考慮した上

でも、歯周病は肺や腎臓、すい臓、血液のがんのリスク増大と大きな関連性があった」としています。

これまでも歯周病は肺炎、骨粗鬆症、糖尿病、心筋梗塞、早産、メタボリックシンドロームなど多くの疾病と関連のあることが報告されてきましたが、死因のトップであるがんとの関連性が報告されて、歯周病の予防対策がますます重要になると思われる

## 歯周病の発症環境



微生物因子 (歯周病菌)	環境因子	生体因子
<ul style="list-style-type: none"> <li>プラークの中の歯周病の原因となる微生物(細菌)の存在</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>喫煙</li> <li>口腔衛生の不良</li> <li>初診時のポケットの深さ</li> <li>プラークの付着量</li> <li>外傷性咬合</li> <li>教育の達成率</li> <li>専門医への受診回数など</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>年齢</li> <li>人種</li> <li>歯数</li> <li>糖尿病</li> <li>歯肉滲出液中の物質</li> <li>白血球機能</li> <li>遺伝など</li> </ul>

### 死因のトップ3

- 1位 悪性新生物 (がん)
- 2位 心疾患
- 3位 脳血管疾患

# 厚木市歯科保健センター 移転のお知らせ

平成22年4月から(予定)

## ◆厚木市歯科保健センター

- ・ 休日歯科診療所
- ・ 障害者歯科診療所

は来春移転します

者さんの増加に伴い、現在の診療所が手狭になったことに対応するための移転です。

休日歯科診療や障害者歯科診療を行っている厚木市歯科保健センターが、来年4月(予定)から、厚木市総合福祉センター1階に移転します。

建物自体の老朽化や、特に障害者歯科診療を受診する患者さんの増加に伴い、現在の診療所が手狭になっていること、ご迷惑をかけることのないよう、スムーズな移転を行う予定ですので、安心して来院くださるようお願い申し上げます。



厚木市総合福祉センター正面玄関 (内側)

### 厚木市休日歯科診療所

日曜・祝日・年末年始

午前10時～12時

午後1時～5時

### 厚木市障害者歯科診療所

● 障害者歯科診療

火・木曜日

午後1時30分～5時

● 口腔保健指導

土曜日 午後2時～5時

\* 但し移転後第2土曜日は

休館日のため休止

● 摂食嚥下機能発達支援診療

毎月2回 午前9時30分～

12時

※ 障害者診療はすべて予約制

です

☎046(224)6081

## 歯のトリビア

### ～日本の独自技術だった木の入れ歯～

日本は昔から中国や韓国を通じて、たくさんの文化や技術を取り入れて来ましたが、木の入れ歯は中国などの高貴な人には受け入れられませんでした。現存する木の入れ歯の最古のものは1538年に亡くなった和歌山のお寺の尼さんが戦国時代に使用したものです(写真)。この入れ歯はお歯黒に見せるため、漆黒に輝く高級感があるものだそうです。作られた時代は下剋上の世でしたので、仏像を作る仕事に頼るより入れ歯を作って、職人の生活の糧にしていたのかも知れません。江戸時代は広く入れ歯が作られましたが、かな



り高価で上下で現在のお金で40～50万円かかりました。

日本の木の入れ歯は意外と精巧な技術で作られていて、唾液を介して歯肉に吸着するほどで実際に食事ができ、現在の総入れ歯と同じ吸着理論が通じるほどです。一方、アメリカ大統領ジョージ・ワシントン(1789～1797年在任)の入れ歯は上下をつなぐ板バネの力で上アゴの粘膜に押し付け落ちてこないようにしているだけなので、見せかけにはなっても食事の助けにはなりにくい代物でした。

# 「歯の衛生週間行事」 今年も口腔ガン検診を同時開催

好天の中  
厚木、愛川2会場で開催

6月7日(日)(社)厚木歯科  
医師会主催による歯の衛生週



高齢者よい歯のコンクール表彰式

間行事が、厚木市と愛川町の各保健センターにて開催されました。当日は天候にも恵ま

りました。当日は天候にも恵まれました。当日は天候にも恵ま

厚木会場では、恒例となつた歯科無料相談、歯科健診、矯正相談、ブラッシング指導、RDテスト、位相差顕微鏡による口腔内常在菌観察、口腔内カメラによる撮影に加え、今回は、在宅者歯科相談、咬合力ガムテストによる噛む力のチェックも行いました。

## よい歯のコンクール 受賞者表彰

午後2時からは、厚木会場において第17回高齢者よい歯のコンクールの表彰式が行われました。厚木市、愛川町、



歯の無料相談の様子

清川村の3市町村から、25人の良い歯自慢の高齢者の方に  
お集まりいただき、厳正な審査の結果、厚木市長賞に川上はるみ様(94歳)、愛川町長賞に熊沢実様(82歳)、清川村長賞に相馬浩喜様(90歳)、厚木歯科医師会会長賞を石田中庸様(81歳)が選ばれ、それぞれ表彰状と記念品が、また、惜しくも選に漏れた方全員に参加賞が贈呈されました。

会長賞を受賞された石田中庸さんにはスピーチをお願いし、若いころの思い出話の中で「良い歯を保つ秘訣」を話していただきましたが、よく噛んで食べるということが印象に残りました。



会長賞を受賞された石田中庸さん

## 皆で記念写真 マスクも取材

来賓の小林常良厚木市長を始め、加藤光男愛川町民生部長、大矢明夫清川村長、岡部長、英男厚木保健所長の皆さまから祝辞を頂戴し、最後に全員集合して記念写真を撮影しました。また6月18日(木)には、衛生週間行事の一環として、清川村の保健福祉センターやまびこ館にて、歯科健診を行いました。

## 口腔ガン検診にも 多数の応募者

この日、今年で2回目となる口腔ガン検診も、歯科保健センター1階で実施されました。口腔ガンに対する認識の高まりから、募集人数の10倍近い384人ものご応募がありましたので、急ぎよ、検診人数を大幅に増やすなどの対応がなされました。

検診結果では、ほとんどの方が「異常なし」の判定に安心されましたが、経過観察や、精密検査を要するものも、数例見受けられました。舌の違和感で検診を受けた方が多いのが特徴で、口腔ガンの好発部位が舌であることと一致する結果が得られました。



口腔ガン検診の様子