

SANJO ROTARY CLUB

三条ロータリークラブ

2015.2.4 (No.2811)

週報 No.26

第2560地区ガバナー／佐々木昌敏
 会 長／高橋 司
 会長エレクト／五十嵐晋三(クラブ奉仕A)
 副 会 長／川瀬康裕(クラブ奉仕B)
 幹 事／野崎喜一郎
 S A A／松永一義
 会 計／船越正夫

例会日／毎週水曜日12:30～
 例会場及び事務局／
 三条市旭町2-5-10 三条信用金庫本店内
 例会場／TEL 34-3311
 事務局／TEL 35-3477 FAX 32-7095

E-mail: sanjo-rc@cpost.plala.or.jp
 http://www.soho-net.ne.jp/~rotary/
 (～はshiftを押しながら“へ”のキーを
 押ししてください)

■本日の出席会員数:52名中32名
 ■先々週出席率:91.67%

【ゲスト】

・北入蔵菌科ワタナベ
 理事長・院長 渡辺和宏 様
 (三条南RC)

【ビジター】

・三条南RC 坪井正康 様
 ・米山奨学生 アイヌル アラファさん

【先週のメイクアップ】

- [1.22] 三条ローターアクトへ
 ・高橋 司さん、吉井直樹さん
- [1.26] 三条南RCへ
 ・中林順一さん、衛藤泰男さん、
 ・金子俊郎さん、木村文夫さん、
 ・菊池 涉さん、阿部吉弘さん、
 ・丸山行彦さん (7名)
- [1.27] 三条北RCへ
 ・菊池 涉さん、丸山行彦さん、
 ・中林順一さん、阿部吉弘さん、
 ・伊藤寛一さん、木村文夫さん、
 ・中村和彦さん、加藤紋次郎さん、
 ・小越憲泰さん (9名)
- [1.29] 三条東RCへ
 ・伊藤寛一さん、中林順一さん、
 ・五十嵐晋三さん、阿部吉弘さん、
 ・菊池 涉さん、中村和彦さん (6名)
- [1.29] 燕RCへ
 ・加藤紋次郎さん、阿部吉弘さん
- [2.1] 図書館栄分館お披露目会へ
 ・高橋 司さん、野崎喜一郎さん
- [2.2] 三条南RCへ
 ・斎藤弘文さん



会長挨拶

高橋 司会長



皆さんこんにちは。

本日は米山奨学生のアラファさん、南RCの坪井正康様、ようこそいらっしゃいました。ごゆっくりお過ごし下さい。

又、本日卓話をお願いしました南RC会員で北入蔵菌科ワタナベ 理事長・院長 渡辺和宏様、後程卓話宜しくお願ひします。

さる2月1日 日曜日に三条市立図書館栄分館におきまして「めざせ！しかけ絵本日本一」の達成お披露目会がありました。当クラブは前年度の丸山会長の時に、青少年育成の為に20万円を寄付いたしました。目標1,000冊を達成、全部で1,036冊になったそうです。初めて入館して来ましたが、子供の為のすまいるランドも併設されていて一日中子供と共に過ごすには大変良い所だと思います。

一度お子さんor お孫さんと一緒に遊びに行ってください。

幹事報告

野崎喜一郎 幹事

◎佐々木ガバナー事務所より

「2月ロータリーレートのご案内」

2月1日より 1ドル = 118円 (現行)

◎佐々木ガバナー事務所より

「第2回 会員 (入会1年～3年) 研修のご案内」

日 時 3月15日 (日)

13:00～17:30 懇親会終了(受付 12:30～)

会 場 ホテルニューオータニ長岡 2階・白鳥の間

対 象 2011年7月1日以降に入会された会員
(昨年7月の研修に参加された方は対象外です。)

◎本日、ロータリー財団・米山奨学の「確定申告用領収書」を対象の方へお配りしました。

再発行できませんので、申告時まで大切に保管してください!!

◎次週 11日 (水) は、「建国記念の日」で休会です。

次々週 18日 (水) は、夜例会「新年会」です。

お間違えのないようご出席ください。

ニコニコBOX

三条南RC 坪井正康様

本当に久しぶりにメイクアップいたします。今後ともよろしくお願い致します。

高橋 司さん

北入蔵歯科ワタナベ 理事長・院長 渡辺和宏様、卓話ありがとうございます。

川瀬康裕さん

先月母が亡くなりました。血縁と身近な町内で葬儀をすませました。クラブとお心遣いいただきました皆様に深く感謝申し上げます。

近藤雄介さん

卓話の渡辺様、大変お忙しい所ありがとうございます。

小越憲泰さん

渡辺様、今日は卓話ありがとうございます御座います。私も2月16日南クラブを卓話で訪問させていただきます。

樺山 仁さん

今日は立春です。昨日本成寺の豆マキに参加して来ました。雪もなく風が穏やかでいよいよ春の気配です。

本日の渡辺様の卓話に期待して。

吉井直樹さん

本日は、松永SAAの代理です。宜しくお願いします。

渡辺先生、卓話を宜しくお願いします。

衛藤泰男さん

本日も宜しくお願いします。

渡辺先生、卓話ありがとうございます。

山田富義さん

渡辺先生、卓話ありがとうございます。

申し訳ありませんが所用のため早退します。

浅野金治さん

よいことがありました。スマイルボックスに協力いたします。

五十嵐博宣さん、五十嵐昭一さん、金子俊郎さん、

小出子恵出さん、石橋育於さん、丸山行彦さん、

杉山幸英さん、関川 博さん、五十嵐晋三さん、

野地貞儀さん、成田秀雄さん、若槻八十彦さん、

外山雅也さん、中林順一さん、渡辺勝利さん

渡辺和宏様、本日は卓話ありがとうございます。お話をのしみにしております。

2月4日分 ￥35,000

今年度累計 ￥723,000

「卓話」

「フッ化物洗口の利用を含めた むし歯予防と歯の健康」



北入蔵歯科ワタナベ

理事長・院長 渡辺和宏様

ただいまご紹介いただきました、「北入蔵歯科ワタナベ」の渡辺和宏と申します。今日は、高橋会長ならびに近藤プログラム委員長のお計らいで、卓話の講師としてお招きをいただきまして大変ありがとうございます。

近藤さんは、三高バスケットボール部OB会の大先輩で、「縦」の命令は絶対でございます。私なりにですが、精一杯務めを果たしたいと思っておりますので、よろしくお願い致します。

まずは自己紹介からです。

自己紹介(1)

- 昭和37年4月 三条市生まれ (52歳)
- 三条小学校・第三中学校・三条高校・東京歯科大学・東京歯科大学大学院(補綴学専攻)
- 実家は三条市本町4丁目(旧二ノ町)の「いもや商店」 父:渡辺宏二 母:(故)幸子
(母実家:神明町 兄:西方(故)清七、(故)藤七、雄七)
- 10年間の大学病院勤務の後、平成10年4月北入蔵歯科ワタナベを開院(ハローワーク並び)

自己紹介(2)

- (医)憲和会 北入蔵歯科ワタナベ 理事長/院長
- 東京歯科大学 非常勤講師(有床義歯補綴学講座)
- 日本補綴歯科学会 専門医・指導医
- 三条市歯科医師会 理事(広報・医療管理担当)
- 三条OHSAKIDS MBCスポーツ少年団 団長
- 三条市スポーツ少年団 常務理事
- 県央地区ミニバスケットボール連盟 副会長
- 新潟アルビレックスBB 三条地区後援会 事務局長
- NEW 三条南ロータリークラブ会員 (H26年5月~)



三条地区アルビBB
後援会総会で
近藤さん(副会長)と



五十嵐さんとアルビBB
平岡監督をはさんで
(プレイオフ観戦 in 長野)

今回の卓話のテーマは「フッ化物洗口の利用を含めたむし歯予防と歯の健康」です。

近年、口腔状態が全身に様々な影響を及ぼすことが研究でわかってきました。また、歯が多く残っている人ほど「総医療費」が低くなるというデータもあります。

口腔状態が全身に及ぼす影響

口腔感染症から

- 誤嚥性肺炎
- 心疾患
- 糖尿病
- 低体重児出産

歯が多く残っている人ほど、病気になりにくく、「総医療費」が低くなるというデータがあります。

歯の喪失から

- 生活の質低下
- 栄養の低下

噛むことは良い効用がたくさんあり、新潟県歯科医師会はその頭文字をとって「ひとがすき」で広報しています。

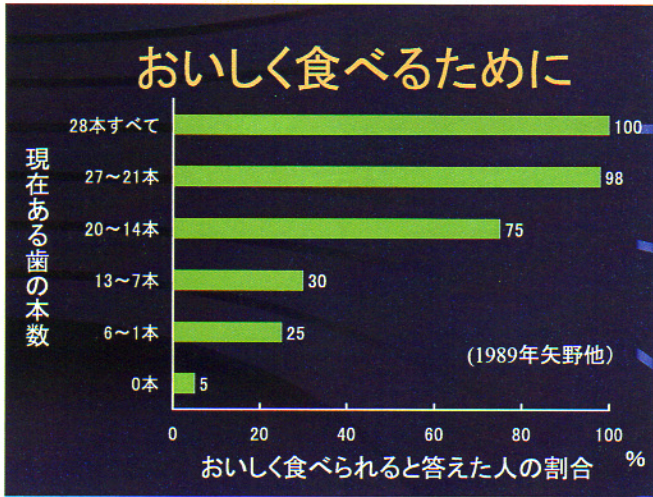
噛むことの効用

ひとがすき

- ↑肥満防止
- ↑糖尿病予防
- ↑ガン予防
- ↑ストレス発散
- ↑記憶力アップ

新潟県歯科医師会

現在残っている歯の数が多く人のほうが、美味しく食べられると答えた人の割合が多いです。



8020運動とは、80歳で20本の歯を残そうという運動です。達成者がここ数年どんどん増えてきています。歯を残すことは健康寿命の延伸につながります。

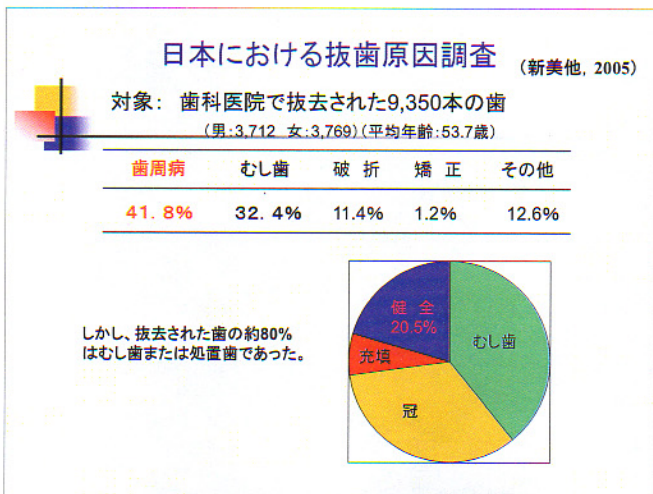
8020運動

80: 平均寿命
20: 最低限、ものを噛むのに必要な歯数

“8020”は、「一生自分の歯で食べよう」という標語を数値目標化したもの

歯を残すことは、将来の健康寿命延伸の第一歩

抜歯の原因は多々ありますが、抜去された歯のほとんどがむし歯または処置歯でした。したがって子どもの頃の「むし歯の予防」がいかに大切かわかります。



むし歯には3つの特徴があります。

むし歯の特徴

1. 多発性疾患

学校病の中では罹患率が最も高い

2. 小児疾患

最もむし歯になりやすいのは、歯がはえてから数年間

3. 不可逆性疾患

一度むし歯になると、二度と元の健康な歯には戻らない

歯の中で噛む力が一番大きいのは6歳臼歯(第一大臼歯)です。また歯並びの基準や、むし歯に一番なりやすいなどから、一番大切な歯です。

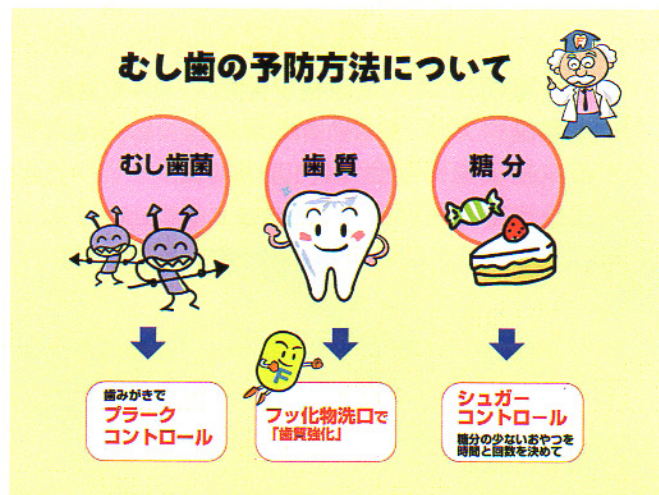
歯の中で一番大切な6歳臼歯

- 永久歯で一番早く生え、一番大きく、食物を噛む力が一番大きい。
- 永久歯の歯並びの基準となる。喪失すると歯並びが崩れる。
- 永久歯の中で一番むし歯になりやすく、最も寿命が短い。

噛む力 (%)

6歳臼歯あり	6歳臼歯なし
100	44 (56%減少)

むし歯の予防のポイントは「むし歯菌」「歯質」「糖分」の3つです。

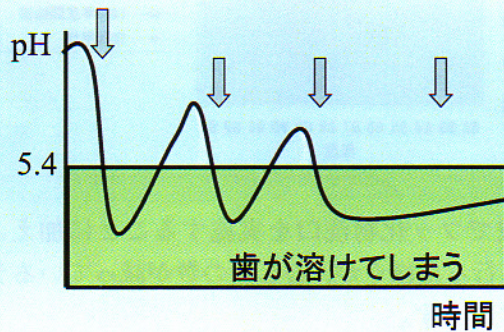


ペットボトルのジュースや炭酸飲料、スポーツ飲料などにはかなりの量の砂糖が入っており、スナック菓子には大量の油が使われています。



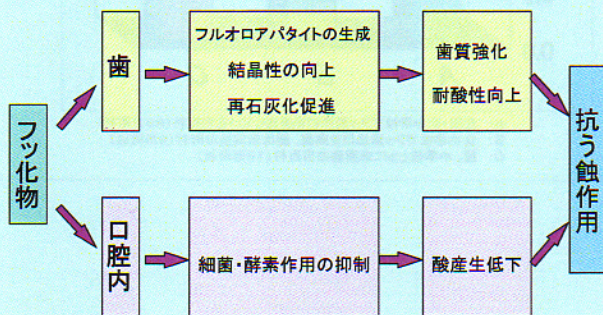
砂糖を摂取する度に、口腔内は酸性に傾き、歯が溶け出します。「だらだら食い」は常に酸性になってしまい、非常に歯に悪いです。

砂糖とむし歯の関係



フッ化物は歯や口腔内に作用して、歯質強化や、耐酸性向上、酸産生を低下させて「抗う蝕（むし歯）作用」を發揮します。

フッ化物のむし歯予防機序



フッ化物洗口の実際のやり方とフッ化物の特徴をまとめたものです。

フッ化物洗口

フッ化物洗口法の順序 (集団で行う週1回または5回法)



洗口後30分程度は、うが
いや飲食をしない。

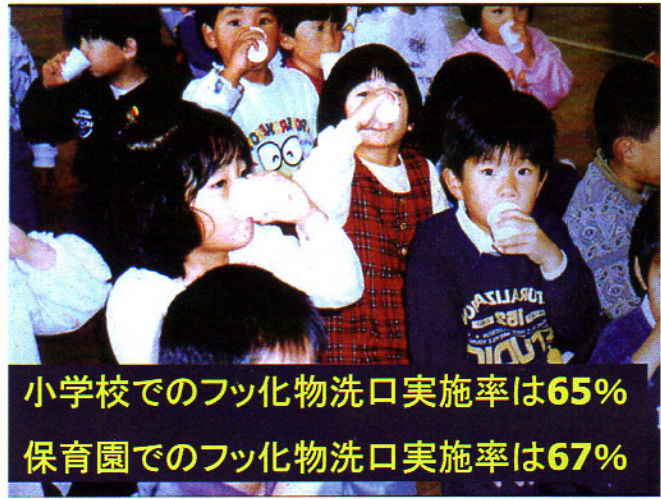
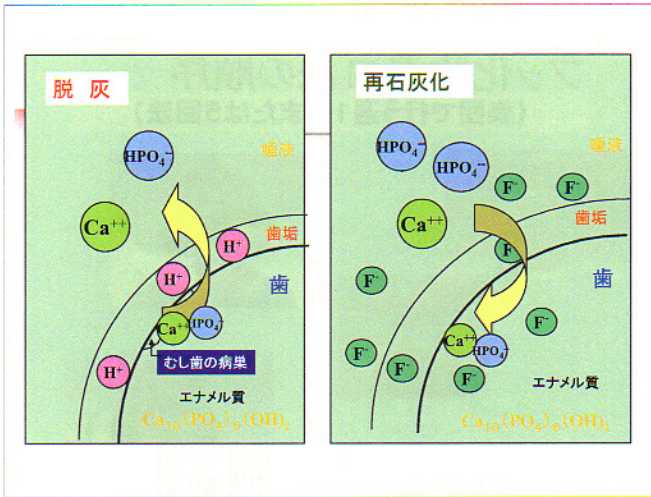
フッ化物洗口のやり方

- うがい液を7-10ml口に含みます。
- 液がよく歯にいき渡るように1分間うがいをします。
- 液を紙コップへ吐き出します。
- 30分間は飲食や真水でのうがいをさけます。

フッ化物の特徴

1. 歯質の強化
2. 萌出後のエナメル質の成熟促進
3. 初期むし歯の再石灰化
4. 酸の産生を抑制

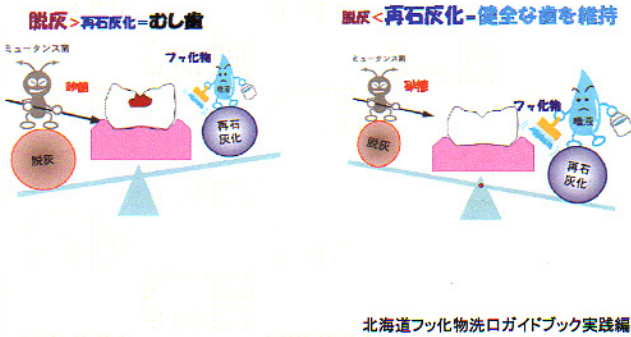
歯の表面では「脱灰」と「再石灰化」が常に起きていて、そのバランスが崩れるとむし菌になります。



小学校でのフッ化物洗口実施率は65%
 保育園でのフッ化物洗口実施率は67%

フッ化物洗口実施市町村のむし歯の数は、未実施の地域に比べてどんどん減少してきています。

バランスが崩れるとむし菌になる



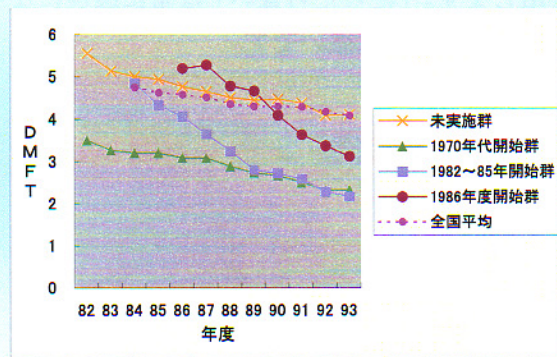
北海道フッ化物洗口ガイドブック実践編

フッ化物洗口は、4.5歳から始めて中学修了まで行うのが効果的な方法です。

フッ化物洗口の効果的な方法

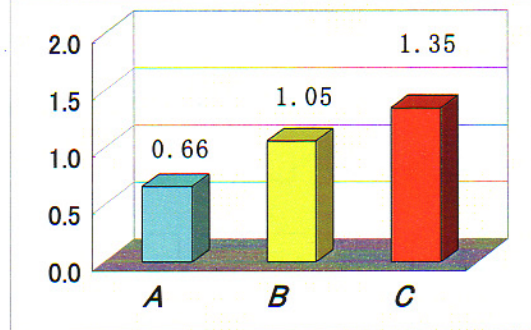
1. 永久歯に生えかわる
4, 5歳から始める
 2. 永久歯が生えそろう
中学校修了まで
- ① 保育・幼稚園：1日1回(0.05%NaF溶液)
 ② 小・中学校：1週1回(0.2%NaF溶液)

新潟県におけるフッ化物洗口実施市町村の12歳児DMFTの推移



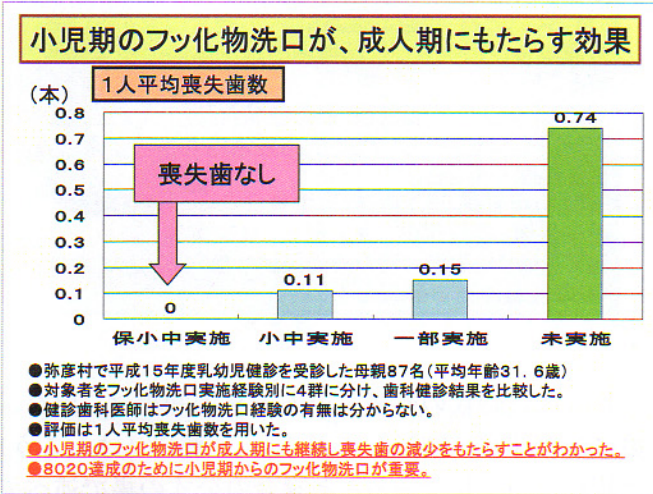
小学校でフッ化物洗口を実施することに加え、保育園でも行ったほうが、むし歯の数が減っているデータがでてきます。

フッ化物洗口の実施状況と12歳児一人平均むし歯数
 平成17年度 県全体

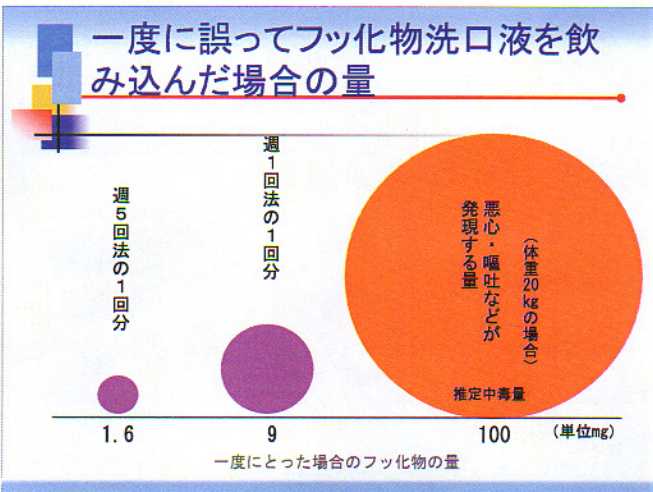


A: 全国・全小学校でフッ素洗口を実施している市町村(66市町村)
 B: 全小学校でフッ素洗口を実施、園は未実施市町村(6市町村)
 C: 園、小学校ともに未実施の市町村(16市町村)

小児期のフッ化物洗口が成人期にも継続して影響していることがわかります。したがって8020達成のためには、小児期からのフッ化物洗口が重要です。



フッ化物洗口の安全性についてです。



集団で実施するフッ化物洗口は、個人である場合と比較して利点がたくさんあります。

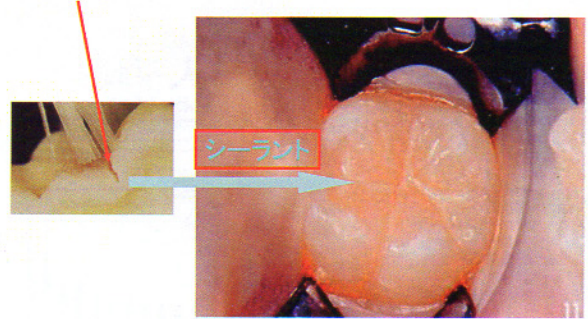
園や学校など集団で実施するフッ化物洗口法は、個人である場合と比較して

- (1) その施設内のほぼ全員の子供たちに、むし歯予防の効果が表れます。
- (2) 歯科保健教育、管理の一貫として実施することができます。
- (3) 施設内であれば、忘れることがなく、確実な管理ができます。

というメリットがあります。

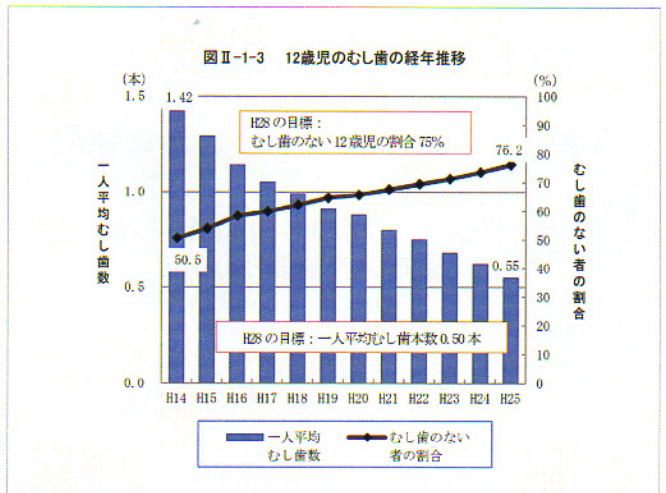
一番むし歯になりやすい奥歯の溝は「シーラント(予防充填)」と「フッ化物」でしっかりガードします。

一番むし歯になりやすい奥歯の溝はフッ化物とシーラントでガード

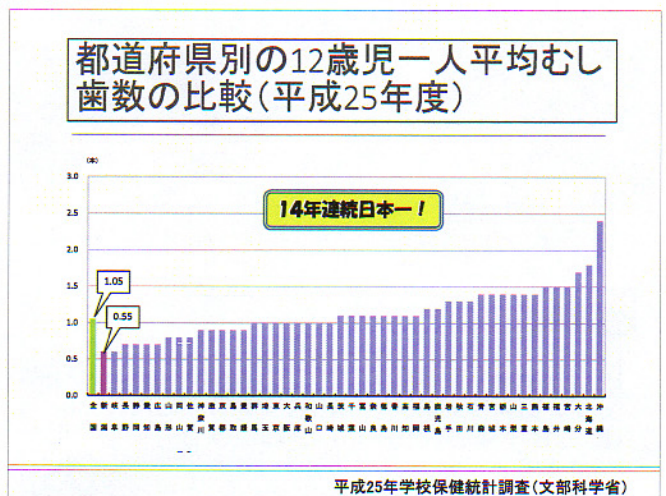


子供のむし歯予防のキーワードは
公診連携: 公的機関と医療機関の本音の連携

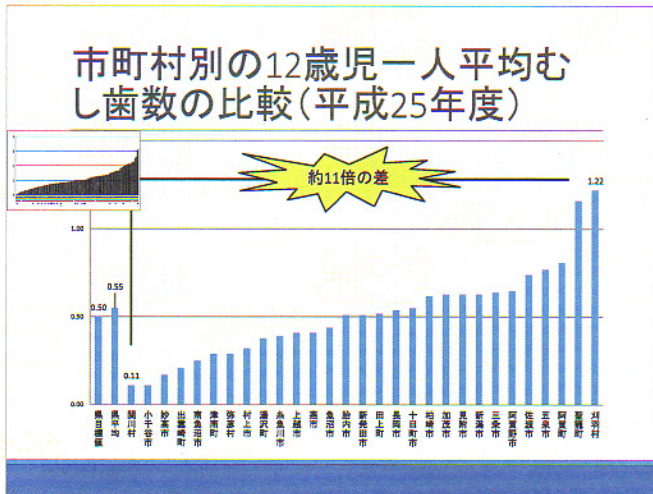
新潟県の12歳児では、H14年に平均1.42本あったむし歯が、H25年には0.55本にまで減少し、むし歯のない者の割合が50.5%から76.2%にまで増加しています。



都道府県別のデータでは、新潟県は0.55本で14年連続日本一です。最下位の沖縄県とは4.5倍程の差があります。



新潟県の市町村別データです。トップと最下位では約11倍の差ができてしまっています。ちなみに三条市は29市町村中、下から7番目と下位に位置しています。



予防の具体策は3つのF。フッ化物、フロス、フォロー（継続管理）が重要です。

具体策は 3つのF！

Fluoride

生涯を通じたフッ化物(洗口・塗布・歯磨剤)利用

Floss

デンタルフロス、歯間ブラシ等を加えた歯間部清掃

Follow up (Function of Home Dr.)

かかりつけ歯科医でのシーラント、PTC等による予防・管理

2008年に新潟県は全国に先駆けて、「新潟県歯科保健推進条例」を、議員発議で制定しました。その中に「フッ化物応用等・・・」という文言がしっかりと入っています。

その後、新潟県に倣って、同様な条例が他の県でも次々に制定されており、新潟県は歯科保健において「先進県」と高く評価されています。

新潟県歯科保健推進条例

(目的)

第1条 この条例は、歯・口腔の健康づくりが糖尿病等の生活習慣病対策をはじめとする県民の健康づくりに果たす役割の重要性にかんがみ、県民の生涯にわたる歯・口腔の健康づくりに関する施策を総合的かつ効果的に推進することにより、他の疾患に比べて高い県民の歯科疾患の有病率の低下及び県民の歯・口腔の健康に関する格差の解消を図り、もって県民の健康づくりに寄与し、県民の健康水準を向上させることを目的とする。

(基本的施策の実施)

第10条 知事及び県教育委員会は、県民の歯・口腔の健康づくりを推進するための基本的施策として、次に掲げる事項を実施するものとする。

(1) 県民の歯・口腔の健康づくりの推進に資する情報の収集及び提供並びに関係者の連携体制の構築に関すること。

(2) 市町村長、市町村教育委員会及び関係者が行うフッ化物応用等のむし歯の予防対策の効果的な実施の推進に関すること。

(3) 市町村長、市町村教育委員会及び関係者が行う母子保健、学校保健、成人保健、産業保健、高齢者保健等を通じた生涯にわたる効果的な歯・口腔の健康づくりの推進に関すること。

私の高校時代の同級生である泉田知事は、歯科保健に対し非常に精通しておられ、「健口（けんこう）は新潟県の文化である」と議会の公式の場で述べています。



三条市でのフッ化物洗口導入までの経緯です。一番のキーポイントは三条市歯科医師会が主催、三条市の共催で「三条市歯科保健市民フォーラム（第1～5回）」を行ったことです。行政との太いパイプができ、「強い信頼関係と絆」ができたことが最大の土台でした。また「政治の力」をお借りするために、議員の方々との「デンタルミーティング」でもとに勉強をし、分析したことも大きな要因の一つでした。

三条市でのフッ化物洗口導入までの経緯(1)

1. 三条市 歯科保健市民フォーラムを企画

- ① 市民の歯科保健意識の向上と啓発。
- ② 行政との共催により、市民の面前で「条例に基づいた歯科保健の重要性」を行政にアピールし、行政の歯科保健についての認識を、より向上させること。
- ③ 市議、県議にもフォーラムへの参加をお願いして、市民とともに勉強をして頂くことにより、「歯科保健の重要性」を再認識して頂くこと。
- ④ 当日、フォーラム終了後に、歯科医師連盟として、議員の方々との「デンタルミーティング」を行い、情報や意見交換をし、市への要望等を陳情すること。

第2回フォーラム中、弥彦村・田村先生の「生まれ育った場所が違うだけで、むし歯の数に差ができてはいけない」との言葉に、強く心を打たれました。

第1回

三條市歯科保健・市民公開フォーラム

「口の健康が生活に及ぼす影響について」

10月10日(土) 午後1時30分～午後5時

入場無料

三條市総合福祉センター(9月9日休)

第2回

三條市歯科保健・市民フォーラム

「歯医者と子ども達の歯を科育から考える」

11月3日(水祝) 午後10時～11時30分

入場無料

三條市総合福祉センター(9月9日休)

第3回

三條市歯科保健・市民フォーラム

「歯医者と子ども達の歯を科育から考える」

10月8日(土) 午後1時30分～午後5時

入場無料

三條市総合福祉センター(9月9日休)

第4回

三條市歯科保健・市民フォーラム

「歯医者と子ども達の歯を科育から考える」

9月8日(土) 午後1時30分～午後5時

入場無料

三條市総合福祉センター(9月9日休)

第5回

三條市歯科保健・市民フォーラム

「歯医者と子ども達の歯を科育から考える」

9月7日(土) 午後1時30分～午後5時

入場無料

三條市総合福祉センター(9月9日休)

三條市でのフッ化物洗口導入までの経緯(2)

2. 三條市 歯科保健市民フォーラムの開催

第2回テーマ:『子供のむし歯予防について』

- ①地元紙でのフォーラム開催や歯科保健についての広報
 - ②新潟大学予防歯科・葭原准教授によるエビデンス、フッ化物洗口やシーラントの効果の説明
 - ③弥彦村開業医・田村先生による、弥彦村での実際の歯科保健事業の説明、行政との協力体制の説明
- 田村先生:「生まれ育った場所が違うだけで、むし歯の数に差ができてはいけない！」

三條市でのフッ化物洗口導入までの経緯(3)

3. デンタルミーティングで、議員と「フッ化物洗口」についての情報・意見交換

- ①三條市は県内29市町村中、7番目にむし歯が多い。
- ②旧三條地区では、公的幼児健診での「フッ化物塗布」は行われているが、学校での「フッ化物洗口」は未だ行われていない。なぜ約40年間行われなかったのか明確な理由は不明。予算?安全性?当時議会での反対?教員の労働強化?
- ③旧栄地区の栄中央小は昭和48年から、栄北小・大面小は昭和52年から既にフッ化物洗口が行われている。
- ④旧燕市は合併時に、既にフッ化物洗口を実施していた吉田町と分水町に合わせ、フッ化物洗口を開始した。

三條市でのフッ化物洗口導入までの経緯(4)

4. 市議会での久住議員による質問

(同日、鶴巻議員による反対意見の質問が出るハプニングあり..)

- ①それにかかる費用はさほどではなく、県からの補助金もある。
- ②むしろ、医科・歯科の総医療費の削減によって、将来的な費用対効果は20倍ほどになる。
- ③三條市の公的幼児健診では、既にフッ化物「塗布」を行っている。
- ④市町村合併に伴い、同一市内の義務教育において、その教育内容に差異があってはならない。
- ⑤教員の労働強化につながるのと理由で導入しないということは、決してあってはならない。
- ⑥フッ化物洗口は、あくまでも「強制的」ではなく「希望制」である。

三條市でのフッ化物洗口導入までの経緯(5)

5. 國定市長、松永教育長Go! 三條市内の全小学校でのフッ化物洗口開始

ただし「一斉開始」ではなく、環境が整った学校から実施する、いわゆる「手挙げ方式」で開始。校長や養護教諭の考え方?の違いにより、各学校で開始時期に差。

- ①平成24年度:三條、上林、井栗、旭、大島、須頃小学校
- ②平成25年度:一ノ木戸、裏館、長沢、笹岡、大浦、森町、飯田、荒沢小学校
- ③平成26年度:西鱈田、月岡、大崎、保内小学校
- ④平成27年度開始予定:「嵐南小学校」←最後の1校 校長?

今後の三条市歯科医師会としての展開と要望などです。保育園でのフッ化物洗口の早期開始に向け、働きかけをしています。

以上、駆け足でしたが、これで本日の卓話を終わりにさせていただきます。ご清聴ありがとうございました。

三条市歯科医師会としての今後の展開と要望など

- ・ 多職種連携研修会 昨年は「歯科と虐待」について
- ・ 妊産婦健診と講話の実施(マイナス1歳からのむし歯予防) ← 昨年開始
- ・ 保育園・幼稚園でのフッ化物洗口の実施
- ・ 後期高齢者の歯科健診
- ・ 高齢者地域包括ケア「在宅支援・訪問診療」
- ・ 歯科衛生士養成学校の設立
- ・ 歯科医師会非会員(2軒)・後継者未入会問題

「医科」は「平均寿命の延伸」に、「歯科」は「健康寿命の延伸」に貢献します。高齢社会になり、「歯科」がやらなければならないこと、また「歯科」にしかできないことがまだまだたくさんあります。ロータリーの精神である「職業奉仕」。これからも使命感を胸に一生懸命頑張っていく所存です。

「医科」は平均寿命の延伸に貢献し、「歯科」は健康寿命の延伸に貢献する！



保険点数は決まっているので、消費税のアップや原材料の値上げで、材料代や技工代、設備代などの支出が大幅にアップして、正直、経営は超大変です(笑)。

世間はこんなネガティブキャンペーンだらけですが…。まだまだ我々「歯科」が、市民や高齢者にやってあげられること、「歯科」にしかできないことはたくさんあります。患者さん、お一人おひとりの「笑顔」のために、「職業奉仕」。これからも一生懸命頑張ります。

次週例会 2月25日 「PETS報告」
五十嵐晋三 会長エレクト

次々週例会 3月4日 「外部卓話」
長岡きのこ同好会 原 信高 様

