

8020（ハチマルニイマル）運動つてご存知ですか？平成元年に厚生労働省と日本歯科医師会が啓発活動として提唱した「80歳になっても自分の歯を20本以上保とう！」という運動です。何故20本かという点、少なくとも20本以上自分の歯があれば、ほとんどの食べ物を美味しく食べることができるところからです。基本的に親知

Vol.123

院長 関の

Face to Face

2018年 9月 1日発行

# 8020（ハチマルニイマル）運動の成果



らずを除いた永久歯の総数は28本です。この度、厚生労働省は平成28年に実施した歯科疾患実態調査を取りまとめました。この調査は全国1500地区内の満1歳以上の6千2百人余を対象として、歯科医師が口腔内を診査したものです。その中で、75歳以上85歳未満（つまり平均80歳）の方たちで、歯が20本

以上残っている方たちが、昭和57年の8.2%から、30年後の平成28年には50.2%へと6倍以上も増加していることがわかりました。これは予防の啓蒙、個々人の意識の向上などが関与していると思われるかもしれません。自分の歯で噛めるということが、健康年齢を伸ばすことに繋がるわけですから、驚くべき進歩といえます。

現在の日本は高齢化という悲観論に支配されがちですが、このような明るいニュースにスポットを当てることも必要だと考えます。

関 修一（せきしゅういち）

健育会 東銀座整骨院・整体院・

鍼灸院 院長

代替医療の総合治療院としての確立を目指す。タイトルの face

to faceは患者さん自身と向き合って患者さんの症状と闘うことを願ってつけた

毎月一日の発行です