

主催：社会福祉法人カメラア会
協賛：NPOヘルスケアデザインネットワーク

参加費
無料

第三回

健康談話シリーズ

「歯・口・咀嚼の健康医学」

一口の健康が日本の未来を救う！

2024年12月10日 火

開催時間 | 14:00～16:00

開催場所

- 千代田区いきいきプラザ一番町（東京都千代田区一番町12）
地下1階 カスケードホール

申込方法

- 下記問い合わせ先から事前にご予約をお願いします。
<https://forms.gle/PFCUeH9A3NKNTYey5>

講師

- 林 晋哉 先生
林歯科 歯科医師

講師略歴

1962年東京都生まれ、都立日比谷高校を経て、日本大学歯学部卒。勤務医を経て1994年、林歯科を中野区にて開業（歯科医療研究センターを併設）、2014年千代田区平河町に診療所を移転。「自分が受けたい歯科医療」を追求し実践している。
趣味は野球。高校、大学と野球部に属しピッチャーとして活躍。2012年より2024年まで日本大学歯学部硬式野球部コーチとしてチームの指揮を採り、2023年全国歯科学学生総合体育大会硬式野球部門にて全国優勝を果たす。また、2010年46歳時、自身の所属する軟式野球リーグにて完全試合を達成。



事前予約
問い合わせ

千代田区いきいきプラザ一番町
☎ 03-3265-6311

ご予約は右記QRコードから→

※取得しました個人情報は本講演会の出席確認と情報提供の為にのみ使用し、第三者に提供いたしません。



要旨

皆さん歯は大事と良くおっしゃいます。

もちろん歯は大事です。ですが、本当に大切なのはその先にある「口の健康」なのです。「食べる、しゃべる」といった口の働きが無意識にスムーズに行える。そしてきちんと嚥下が出来る。これが口の健康です。近年、様々な知見によって、口を健康な状態に保ち、咀嚼の質と回数の向上を心掛けることが、肥満、糖尿病、高血圧、認知症など様々な全身の健康に好影響を与えることが具体的にわかってきました。

口とは何か、口の果たす役割とはなにか、思いもよらぬ咀嚼の効用を詳しくお話いたします。また、現在の日本は未曾有の少子化・高齢化が進み、それに伴う人口減により、日本の将来は確実に縮小せざるを得ない状況です。それに具体的に対抗する手段は高齢になっても元気にしっかり働き、日本の生産人口として社会基盤を支えることが必要です。

日本の未来の為に「口の健康」という視点が大きく寄与することは間違いありません。正しい知識を身につけ、口の健康の大切さを知る事は、健康寿命を延ばし、皆さんの人生を豊かにすることでしょう。

著書

講談社+α文庫

- いい歯医者 悪い歯医者
- 女のキレイは「歯」と「口元」から

講談社+α新書

- 合う入れ歯、ダメな入れ歯

祥伝社

- 子どもの歯並びと噛み合わせはこうして育てる

角川新書

- 歯医者 of 言いなりになるな！正しい歯科治療とインプラントの危険性

Amazon・パブフル

- 体験的入れ歯論—私がインプラントにしない理由（わけ）

三五館

- 歯科医は今日も、やりたい放題

さくら舎

- 歯・口・咀嚼の健康医学

