

哲風会通信

2022. 11 VOI・130

日に日に寒さが増してくる季節になりました。私も今年で50歳になり寒さが余計辛く感じる今日この頃です。特に足元が冷えてしまうので厚手の靴下が必須アイテムです。皆様も手放せないアイテムありますか？



健口と健康

皆さんは認知症と歯に大きな関係があることをご存知ですか？認知症は2025年には65歳以上の5人に1人になると考えられています。約730万人だそうです。そしてこのことは大きな国の問題としても捉えられています。しかしこの認知症ですが歯のケアをすることで予防が出来たり改善したりすることも、最近解ってきました。歯のケアは認知症だけでなく、誤嚥性肺炎や糖尿病、動脈硬化、脳梗塞、心筋梗塞等の全身疾患のリスクも下げて健康寿命の延伸に繋がります。認知症専門医の長谷川嘉哉先生は認知症患者さんに歯のケアを行うことで、認知症が劇的に改善した症例も著書に記載しています。そして長谷川先生は全ての医療機関に歯科医師と歯科衛生士を常駐させることを推奨して、医科と歯科の連携診療が健康を守るためには重要だと記載されております。歯科界でも以前は虫歯を治す事だけに一生懸命で患者さんの体の健康までは考える余裕がありませんでした。しかし口は健康の入り口であることが多くの研究から解ってきた今、多くの歯科医師が健口寿命は健康長寿に繋がることを意識して日々の仕事に取り組むようになってきました。そして歯科医師だけでなく医師の方々からも口腔の重要性を話して頂けるようになりました。皆さんもお口の健康を意識をもって、日々のブラッシングや定期的な歯科医院でのメンテナンスを頑張ってみてください。



スポーツの指導

近年スポーツの指導現場での監督やコーチによる色々な問題がニュースにも取り上げられています。私も軟式野球の指導者資格を持っているのですが、日本スポーツ協会では指導者に対して多くの教育をしてくれます。コーチングについて、スポーツの意義や価値について、ガバナンスやコンプライアンスについて、暴力やハラスメントについて、事故や怪我について、トレーニングや栄養について、組織のマネジメントについて、障害者とスポーツについてなど多くのことがあります。私自身もスポーツが好きで野球やスキー、マラソン、水泳など挑戦してきましたが、技術やタイムなどを求めてスポーツの本質をほとんど考えていませんでした。スポーツデンティスト（スポーツ歯科医）の資格習得や軟式野球指導者資格の習得でスポーツの意義について考えるようになりました。私の考えが全て正しい訳ではありませんが、実際のスポーツ現場では多くの指導者が技術を教える事に力を注ぎ過ぎて、結果を求めすぎているように思えます。NESTA（全米エクササイズ&スポーツトレーナー協会）の村上浩宣講師から教わったことは「多くの選手が木になった実を取りにいこうとする。でも最も大切なことは木を育てる土を育むこと。」という事でした。子供にスポーツを教えるときに、技術や体づくりをだけを教えるのではなく、人としての成長を考え指導を行っていくことが、体罰やハラスメントなどの問題解決にも繋がっていくのではないのでしょうか？



今月の通信担当

今月の通信は理事長の武蔵です。

最近のニュースでは旧統一教会の解散命令請求の話が多く取り上げられています。私も元2世信者の会見や元妻が旧統一教会で息子さんが焼身自殺をしたという方の会見を見ましたが、少しでも早くこのような方々の心が癒される日が来てくれればと願っています。お金と宗教と政治、かなり複雑な問題になっていますね。

医療法人 哲風会
むさしデンタルオフィス

〒010 - 0912
秋田市保戸野通町4 - 8
TEL:018-853-8214
フリーアクセス:0800-800-8461

医療法人 哲風会
ちづ歯科クリニック

〒018 - 1605
南秋田郡八郎潟町川崎字昼寝
233 - 1
TEL:018-875-2801