

お口の健康で あなたを 守る。

浜田倫史 講師



杉浦剛 教授

第3回「たるみず元気プロジェクトを自分の生き方に生かす」コラム

口腔機能



鹿児島大学大学院 歯学総合研究科 顎顔面機能再建学講座 顎顔面疾患制御学分野
教授 **杉浦 剛** 講師 **浜田 倫史**

昨年度、試行的に行われた“たるみず元気プロジェクト”では、市民の健康チェックでいくつかのことがわかりました。そこで4回シリーズで担当していただいた大学の先生方にお話をお聞きしました。第3回目は、鹿児島大学 大学院 歯学総合研究科 杉浦剛教授、浜田倫史講師にお話をお聞きしました。

2017年冬の健康チェックでの歯科検診の結果、垂水市の方々は全国平均に比べ虫歯が少なく、歯みがきの習慣も優秀だということがわかりました。しかし、8020達成者の割合が低く、義歯が合わずに使用していない方が多いこともわかりました。歯科検診では、歯だけではなく口の粘膜の状態や嚥下障害もチェックしました。お話を聞くと、噛めない、口が渇く、むせる、呑み込みづらい、滑舌が悪くなったなど、お口の悩みは多いようです。このような症状は「オーラルフレイル（口腔機能低下）」とよばれ、加齢に伴い身体の予備能力が低下し環境ストレスに弱くなっている「全身のフレイル」の前段階の状態です。フレイルは心身の活力が低下し病気になりやすい段階ですが、適切な介入・支援により、生活機能の維持向上が可能であるとも言われています。つまり、前段階であるオーラルフレイルに早めに気づき、適切な対応をすることで、より健康に近づき、健康寿命を延ばすことが可能になるのです。今回の検診の嚥下テストの結果では、嚥下機能障害のある方（オーラルフレイルが疑われる方）が全体の21%に達しました。従来の8020運動に加え、誤嚥性肺炎やオーラルフレイルの予防は今後の重要な歯科的課題です。このプロジェクトは今後まだまだ続きます。たるみず元気プロジェクトは、お口の面からも皆さんの健康をサポートします。

垂水市訪問給食サービス

事業概要
栄養のバランスがとれた食事を提供することにより、健康を維持しながら自立した生活ができるように支援します。

対象者
垂水市に居住するおおむね65歳以上の在宅高齢者または心身障害者。

基本料金
1食 670円

助成・料金等
所得に応じて市から助成があり、利用者負担としては、330円、420円、570円、670円の4段階となります。

- 昼食・夕食の配達をします。
- 1食からでもお届けします。
- カロリー計算をされたお弁当です。
- 年末年始以外、年中無休です。

お問い合わせ先 **垂水市訪問給食サービス**
（南木場商店給食部） 電話：0994-32-6071

垂水市の不動産売買・賃貸は 岩井リアルティーにお任せください

中央町売地

価格：A 37番3の一部 **2,058** 万円
価格：B 37番5 **630** 万円

◆所在地：垂水市中央町37番3の一部 37番5、37番6
◆交通：鹿児島交通本町徒歩3分
◆土地面積：A 1134㎡(約343坪) B 345.67㎡(約104.56坪) C 345.65㎡(約104.55坪)
◆地目：宅地 ◆建ぺい率：60%
◆用途地域：第1種住居地域
◆容積率：200%
◆接道：A・C 南約6m公道、B 東約5m私道 B・C 西公道(遊歩道・通行制限有り)
◆区画数：全3区画 ◆建築条件：無し ◆備考：住環境良好・日当たり良好
◆現況：Aに古家あり ◆取引態様：媒介 A区画は分筆前の為面積の増減あり

◆情報公開日：平成30年6月13日

***海潟売家 930万円⇒800万円に値下げしました。詳細はHPにて**

お問い合わせ先 鹿児島県知事(3)第5443号 (公社)鹿児島県宅地建物取引業協会会員
お電話 0994-32-4482
もしくは 岩井リアルティー E-mail: iwai@iwai-re.com
E-mailにて 宅地建物取引士 岩井 健一 HP: http://iwai-re.com

正社員・パート

家庭でも出来る(軽作業)
内職さんも募集しています。

●自動車部品ハーネス組立・検査

従業員募集!!

待遇／各種保険あり・有給あり
休日／土・日 夏・冬・GW
長期休暇あり

その他／家庭事情、面接の上 相談に応じます

池田工業株式会社

垂水市市木2169
TEL: 0994-32-5588

垂水小学校に関する昔の写真 写真募集

目的について

- (1) 記念式典の開式前に会場で紹介いたします。
- (2) 記念冊子の中で昔の様子を写真で紹介いたします。
(記念冊子には全ての写真を掲載できませんのでご了承ください。)
- (3) 学校ホームページの中で垂水小学校の歴史を写真で見られるようにしていきます。

募集期間
平成30年7月2日(月)～9月21日(金)

「垂水小学校に関する昔の写真」について

- (1) おおむね10年以上前に撮影された写真
- (2) 垂水小学校の中で撮影されたもの、または遠足などの垂水小学校の行事等で出かけた時に撮影されたもの
- (3) 何をしている写真か説明ができるもの

詳しくは垂水小学校まで (0994-32-0053)

垂水小学校創立 150周年記念事業