

# 来て！見て！知ろう！ おくちのこと

## おくちのけんこうフェスティバル2018

日時：平成30年6月17日（日）  
10:00～15:00

会場：ダイナシティウエスト  
（小田原市中里208）

参加  
無料



主催 小田原市・小田原歯科医師会





歯と口は、「食べる」「話す」「笑う」「体のバランスをとる」といった、私たちが生きるうえで大切な役割を果たすだけでなく、よく「噛む」ことに肥満や認知症の予防などの効果もあることがわかっています。私たちの「いのち」や「こころ」を健やかに保ち、いつまでも生き生きとした暮らしを続けるためにも、歯と口の健康の維持・増進を意識して図っていくことが重要です。

本市では、平成25年3月に、「支え合い、喜びとともに希望や生きがいを持ちながら健やかに暮らせる小田原（まち）を目指して」を基本理念に、「健康寿命の延伸」を基本目標に定める「小田原市健康増進計画」を策定しました。

近年、歯周病は生活習慣病と深い関連があることが明らかとなり、むし歯や歯周疾患の予防対策への関心が高まっています。このことから、本市では「歯科保健の推進強化」を重点的に取り組む事業に位置付け、乳幼児期から高齢期まで途切れることのない歯科保健対策を推進しています。

「おくちのけんこうフェスティバル」は、歯と口の健康づくりについて広く市民へ呼びかけ啓発することを目的に、小田原歯科医師会と共催で実施するものです。平成26年に始まったフェスティバルも、今年で5回目を数えます。

本市では今後も、フェスティバルの開催にご協力いただいた関係者の皆様と連携を深めながら、地域で健康づくりを進める仕組みを整えてまいりたいと考えています。様々な取組が、市民の皆様自身の健康を見つめ直すきっかけとなり、生涯を通じて主体的な健康づくりに取り組む市民が増えていくことに期待いたします。皆様には引き続き、お力添えいただくようお願いしまして、私からの挨拶とさせていただきます。

平成30年6月

小田原市長 加藤 憲一

本日は、おくちのけんこうフェスティバル『来て！見て！知ろう！おくちのこと』にご来場いただきましてありがとうございます。

6月は、梅雨の季節と同時に歯と口の健康週間が始まり、毎年の恒例として小田原歯科医師会でも歯と口の健康について、いろいろな活動を通して皆様の健康の一役を担うべく頑張っています。最近の研究では、歯と口の健康を保つことが糖尿病、心疾患、認知症などの予防の一つになることがわかってきています。ますます国民の平均寿命が伸びてきていることを考えると、老後の人生までいかに楽しく過ごせるか、口の中の健康が『健康寿命』の延伸に大きく貢献していると考えています。

今年で5回目となるおくちのけんこうフェスティバルでは、『来て！見て！知ろう！おくちのこと』をテーマに、もう一度おくちの中のことに関心を持っていただき、歯と口の健康がどれほど心と体の健康に関係しているかを考えるきっかけとしていただけるように、お子さんからご高齢の皆さんまで楽しく参加して、知識と情報を持って帰っていただきたいと思っております。

今年も小田原市と共催してフェスティバルを開催させていただいたことに、心から感謝申し上げます。またご協力いただきました小田原薬剤師会はじめ関係団体、企業の皆様にも厚く御礼申し上げます。小田原歯科医師会は、行政、医療、保健、福祉の専門職の皆様と連携を深めながら、地域の住民のみなさんの心と身体の健康を口腔領域の健康という観点から支えて参ります。

今回は、歯科相談のコーナーはあえて設けませんでした。紺色のポロシャツは歯科医師会関係者です、どうぞお気軽に声をおかけください。

さて、お祭りです！

お子さんからお年寄りまで楽しんでいただけるように企画しました。存分にお楽しみください。

平成30年6月

一般社団法人小田原歯科医師会 会長 河野孝栄



# みんな集まれ♪ 楽しいステージイベント

MC Yucaco

10:30～ 8020達成者表彰式

11:10～ 「かみかみ実験」やってみよう！

KKP(キッチンの科学プロジェクト)

12:20～ こんな時どうする!?

教えて歯医者さん・薬剤師さん

13:00～ 知ろう! やってみよう! 健口(けんこう)体操

13:30～ 健康に役立つお話

ライオン(株)小田原工場・小田原ヤクルト販売(株)

13:50～ みんなでチャレンジ! 楽しく学ぼう

健口(けんこう)クイズ!

14:20～ ゴスペルハーモニー♪

酒匂ジョイフルクワイヤー



## 「かみかみ実験」 KKP

### (キッチンの科学プロジェクト)

ご飯をよく噛むとあまくなる?  
柔らかいものと硬いものを食べ  
比べるとどうなるの?

科学で解明して、噛むことの大切さを実感しよう。

フロアブースでも簡易かみかみ  
実験やってるよ♪

## ゴスペルハーモニー♪

### 酒匂ジョイフルクワイヤー

地元中学校のPTA活動がきっかけで、2012年より小田原を中心に活動している酒匂ジョイフルクワイヤー。

最近のゴスペル曲、トラディショナルなゴスペルの他、特にJPOPなどにも力を入れて、ゴスペル風アレンジして歌っています。

曲目 A god like you  
Amazing grace 他

# おくちのけんこうフェスティバル



## 会場案内図



よ坊さんと  
記念撮影



### ステージイベント



シールラリー  
景品交換所

歯科保健  
パネル展示

客席

K  
K  
P



試食は  
午前11時  
からはじまり  
ます

ヤクルト  
試飲

小学生以上

5歳以上  
先着60人

おくちの細菌  
見てみよう

口腔ケアグッズの展示  
ぶくぶくうがい体験

おやつ  
カムカム  
試食

### 体験コーナー

(S  
M  
T)  
だ液検査

おくちを使った  
ゲーム

栄養相談

フード  
モデル

よい歯の  
コンクール  
入賞作品  
展示と投票



ペーパー  
フラット

吹き矢

歯ならべゲーム  
など

### 子ども向けコーナー

石膏色塗り  
手形づくり

石膏色塗り

バルーン  
アート

未就学児  
先着30人

健康相談薬局

特定健診案内

滑舌チェック  
おくちの水分・

### 正面入口前会場



歯っぴー金太郎号展示  
防災に関する展示

学校案内

歯の図書館

### おくちの水分・滑舌チェック

水分チェック

滑舌チェック

潤っている

良い

普通








普通

乾燥気味






がんばろう

正面入口

## 体験コーナー






-  歯ならべゲーム  
歯を正しく並べられるかな？
-  ペーパークラフト  
歯型の模型をつくります
-  吹き矢  
的に向かって吹き矢を吹こう  
素敵な商品がもらえるよ♪
-  ぶくぶくうがい  
フッ化物でぶくぶくうがい
-  カムカムおやつ  
よく噛んで食べるおやつを会  
場でプレゼント
-  ヤクルト試飲
-  おくちを使ったゲーム

## 子ども向けコーナー








-  石こうde手形（先着30人）  
未就学のお子さんを対象にか  
わいい手形の石こう模型をつ  
くります
-  石こう模型の色塗り  
いろいろなキャラクターの石  
こう模型を好きな色でペイン  
トします
-  バルーンアート  
かわいい風船がもらえるよ
-  KKP  
だ液の不思議を科学で説明し  
ます！ 楽しく実験♪
-  シールラリー  
シールを集めて景品をゲット

## フロアイベントのご案内

### チェック・相談コーナー

-  だ液検査（SMT）  
だ液を使ってむし歯のなりやす  
さや口臭などをチェックします
-  おくちの水分チェック  
おくちの潤いをチェック！
-  滑舌チェック  
おくちの動きを見て滑舌を  
チェックします
-  おくちの細菌みてみよう  
（先着60人）  
おくちの細菌スマホでチェック
-  栄養相談  
栄養についての疑問質問に栄  
養士さんが答えます

### 展示・案内コーナー

-  健康相談薬局  
健康相談と口腔ケア製品の  
紹介
-  よい歯の図画ポスター展示  
よい歯のコンクール入賞作品  
の展示と人気投票を行います
-  口腔ケアグッズ  
電動歯ブラシや歯磨き粉など  
おくちのケアグッズを展示
-  学校案内  
目指せ！ 歯科衛生士さん
-  歯の図書館
-  歯っぴー金太郎号展示
-  特定健康診査の案内

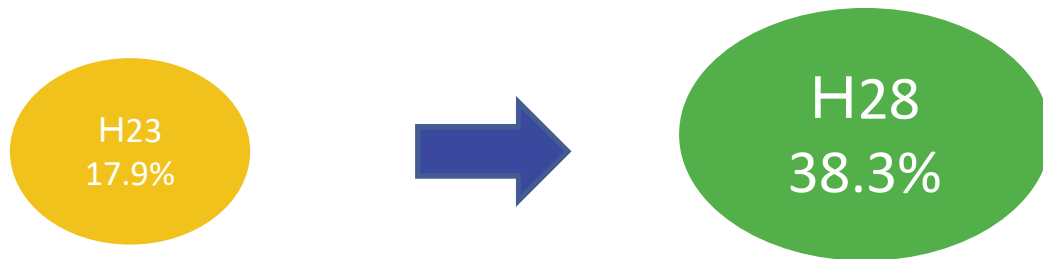
# 知っていますか？ 小田原市のおくちの現状

食べることは、健康づくりに欠かせない要素です。よく噛んで食べることは、肥満や認知症の予防につながります。そして、よく噛むためには丈夫な「歯」があることが欠かせません。

生涯、口から食べておいしく味わうためには、歯を失う原因である「むし歯」や「歯周病」などの歯周疾患を予防して、80歳で自分の歯を20本以上残す「8020（はちまるにいます）」を達成することが求められています。

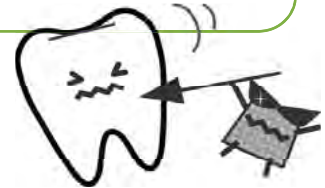
市のアンケート調査（H28年）によると、80歳で20本以上自分の歯を有する市民の割合は38.3%となっています。（図1）これは、5年前の調査の2倍以上になっており、「8020」を達成している人が増えていることがわかります。

図1 80歳で20本以上自分の歯を有する市民の割合



## 「意外？口の健康と脳血管疾患のつながり」

延ばせ！健康寿命！  
脳血管疾患死亡率が高い小田原市。  
平成28年の市の脳血管死亡率は、  
県内19市中ワースト2位でした。



## 歯周病が原因？！

歯茎や歯を支える周辺組織が壊されていく歯周病。「歯肉が腫れている」「歯を磨くと出血する」「口臭がきつい」といった初期症状があります。悪化すると、歯が抜け落ちることも。

しかし、歯周病の怖さはそれだけではありません。実は、歯周病は脳血管疾患をはじめ、体のさまざまな病気と関連があることが分かっています。

## よく「噛む」ことも健康の秘訣！



肥満、生活習慣病予防



おいしく味わえる



言葉がはっきり



脳の発達  
認知症予防



むし歯や歯周病を予防



がんを予防



胃腸の働きを促進

# 協賛団体の紹介

公益社団法人小田原薬剤師会

健康相談薬局

## 【健康相談薬局協力企業】

ニュートリー(株)・小林製薬(株)・ライオン(株)・シオノギヘルスケア(株)  
(株)明治・(株)クリニコ・三宝製薬(株)・(株)サンプラネット・テルモ(株)  
(株)セイムトゥー

一般社団法人神奈川県歯科技工士会湘南支部

石こうd e手形  
石こう模型の色塗り

神奈川歯科大学短期大学部

学校案内

アサヒブリテック(株)

バルーンアート

小田原ヤクルト販売(株)

ヤクルト試飲

KKPキッチンの科学プロジェクト

かみかみ実験

(株) KAWARYO PGM

くじ引き

グ ラツィ・ミスライツ・コンピュータ  
ヘルスケア・ジャパン(株)

口腔ケアグッズの展示

ケーオーデンタル(株)

おくちの細菌見てみよう

酒匂ジョイフルクワイヤー

ゴスペルハーモニー

(株) ビーブラット・デ イデンタル

ぶくぶくうがい体験

ライオン(株)小田原工場

歯ならべゲーム  
おくちの健康に関するクイズ

小田原保健福祉事務所

おくちを使ったゲーム  
口腔外傷予防のパンフレット  
配布

小田原市食生活改善推進団体

カムカムおやつ試食

相田化学工業(株)

(株) 粕谷歯科商会

(株) ジーシー

(株) ダイドーフォワード

(有) 中戸川モーターズ

(資) マルク洋服店

(有) 鳳文堂

Special Thanks to Yucaco

ヤクルトプレゼント



スタート



# シールラリー

★ シールポイントでシールを集めて賞品をゲット!

ガチャガチャ  
ができるよ!



ゴール

マジ引きチャンス!  
景品ゲット!

