

2025年11月13日



SUNSTAR

山梨県、山梨県歯科医師会、サンスター 「食べる力」を支える口の機能の重要性を山梨県民へ啓発 ～連携協定による県民の健康寿命延伸への共同取り組み～

山梨県、(一社)山梨県歯科医師会、サンスター株式会社(以下サンスター)は、2023年に口腔保健を通じた県民の健康づくりに関する連携協定を締結し、世代やライフステージに沿った様々な取り組みを行っています。その一環として、口腔と全身の健康づくりをテーマとした公開講座を継続的に開催しており、今年で3回目となる講座を2025年10月26日(日)に山梨県甲府市で実施しました。今回は「口から食べる重要性～あなたの歯は何本ありますか～」をテーマに、主に高齢者の健康寿命の延伸につながる食事と口の機能を守ることの重要性について講演が行われ、約150名が参加し理解を深めました。

第一部では、東京都健康長寿医療センターの本川佳子氏が「フレイル予防を基軸とした栄養と口腔の関係」をテーマに講演しました。本川氏は、フレイル(虚弱)を防ぐためには、運動と栄養・口腔の健康について一体で取り組むことが重要であり、栄養に関してはたんぱく質を十分に摂取することに加え、バランスのよい栄養摂取も重要であること、それを簡単に実現するためには、たくさんの食品を摂ることを意識することがポイントであると紹介しました。また様々な食品を摂取するには咀嚼機能をはじめとしたお口の機能が重要であり、お口の機能の些細な衰えである「オーラルフレイル」に早く気づき対策することが大切であるとの解説がありました。



第二部では、山梨県歯科医師会の歯科衛生士・丸山幸江氏らが、家族の日常場面を描いた寸劇を披露。お口のケアをおろそかにすることで、口腔の状態が悪化し、食べる力が衰えることへの問題提起をしました。それを改善するための歯科受診や日常のオーラルケア、お口の体操についても紹介し、いつまでも毎日おいしく食事を摂るためのコツを学ぶ機会となりました。



また、会場内に設けられたサンスターのブースでは、製品展示や「パタカ選手権®」と題した口腔機能の測定を実施。参加者がゲーム感覚でお口の機能について楽しく学ぶ姿が見られました。



【参加者の声】

参加者からは、「運動、栄養、口腔が一体となってフレイル予防をしていくことが大切だと知り、有意義な時間だった」「寸劇も面白く、楽しく学べた」など前向きな声が多く寄せられました。今回の講座を通じて、日頃のオーラルケアやバランスの良い食事を心がけることが、フレイル予防、すなわち年を重ねても健康を保ち続けるコツであることを学ぶ機会となりました。

山梨県と山梨県歯科医師会およびサンスターは、今後も県民の健康寿命延伸に向けた取り組みとオーラルケアの普及啓発活動を継続し、県民の口腔の健康維持に貢献してまいります。

当日の講演内容は、山梨県歯科医師会のHPから無料で視聴可能です。

<http://yda.jp/kohkuhcare/kohkuhcare.html>

<山梨県>

山梨県では、平成26年に『山梨県口腔の健康づくりの推進に関する条例』が施行されました。計画の目標として「すべての県民が心身ともに健やかで心豊かな生活ができる社会の実現」を掲げ、令和6年より第2次山梨県口腔の健康づくり推進計画が開始され、歯科口腔保健対策を推進しております。今後も歯・口腔からはじまる健康づくりに努めていきます。

<山梨県歯科医師会>

山梨県歯科医師会は、山梨県内全域の歯科医師を会員として、日本歯科医師会及び県内郡市を区域とする地区歯科医師会、また県・市町村、関係機関・団体等との連携のもと、県民の歯科医療の確立や歯科保健の普及向上等を図り、県民の健康と福祉の増進に寄与することを目的に活動しています。平成から令和へと、人生100年時代とも言われる超高齢社会を迎え、生涯に渡る健康の維持・増進につながるよう、近年明らかになっている「口腔の健康管理が介護予防や健康寿命の延伸、また新興感染症等の予防に効果がある」ことを、8020運動や健診事業等様々な機会を通じて県民の皆様にお伝えし、歯や口の健康への取り組みを実践していただけるよう支援を行っています。

<サンスター株式会社>

サンスターは、100年mouth 100年healthを掲げ、お口の健康を起点とした全身の健康に寄与することを使命に事業活動を行っています。2021年には、山梨県南アルプス市に、新たに「サンスター株式会社 山梨工場」を建設し、昨今のオーラルケア意識の高まりによる洗口液需要増加に対応し生産体制を強化しています。また、2019年には「サンスター オーラルフレイルケア プロジェクト」を立ち上げ、オーラルフレイル予防の啓発強化活動を促進。これらの活動を活かし、山梨県民の皆さまの健康づくりに寄与していきたいと考えています。

【お問い合わせ】

山梨県福祉保健部健康増進課 TEL:055-223-1498/FAX:055-223-1499（県民講座、取材について）

山梨県歯科医師会事務局 TEL:055-252-6481/FAX:055-253-0854（県民講座、取材について）

サンスターグループ 広報部 MAIL:sunstarpr@jp.sunstar.com（本リリースについて）