

「働き世代から始める、健康寿命を延ばす口腔ケア！」

～全身の健康と口腔の密接な関係とは～

わが国では超高齢社会の到来とともに介護を必要とする人が増えています。近年、認知症や寝たきりといった問題や生活習慣病に、口や歯の健康が深く関わっていることが分かってきました。自立した生活を送れる“健康寿命”を延ばすためには、働きざかりから始める「口の健康」維持がキーポイントになります。

今回のセミナーでは、口腔と全身の健康の関わり、歯の喪失とがん・認知症との関係、働きざかりから始める“機能的口腔ケア”などをわかりやすくご紹介します。

参加費
無料

◎日時 平成25年 9月4日(水) 18:30～20:30 (開場18:00)

◎会場 女性就業支援センター ◎定員 250名 ◆お申込みは、裏面をご覧ください。

「働き世代から始める、健康寿命を延ばす口腔ケア ～全身の健康と口腔の密接な関係とは～



基調講演：松下 健二 先生

独立行政法人 国立長寿医療研究センター
口腔疾患研究部 部長

司会 小椋 直樹 先生



三菱東京UFJ銀行健康センター
副所長 歯科医局長

◎主催 医療法人社団 **こころとからだの元氣プラザ** / 一般財団法人 **東京顕微鏡院**

◎後援 厚生労働省、東京都、**健康日本21**推進全国連絡協議会、日本栄養士会、東京都栄養士会、
(公財)8020推進財団 ※本セミナーは中央労働災害防止協会のTHPレベルアップ研修会に認定されています(受講により1単位が取得できます)。

◎シリーズ『働きざかりから始める、人生80年時代の健康づくり』

戦後、わが国の平均寿命は、生活環境の改善や、医学の進歩により急速に延び、厚生労働省の平成24年簡易生命表によると、男性の平均寿命は79.94年、女性の平均寿命は86.41年です。しかしその一方で、現代の食生活、運動習慣などを原因とする生活習慣病が増え、その結果、寝たきりなどの要介護状態になってしまう人々が増加しています。

このシリーズは、特に働きざかりからの健康づくりの重要性に着目し、時代の先を見つめ、先駆的な視点から「健康寿命(寝たきりにならない状態で自立して生活できる期間)の延伸」や「生活の質の向上」に役立つ講演を企画することに努めています。

第16回

12月10日(火)

働き世代に潜む“サイレントキラー”、高血圧対策！

講師：苅尾 七臣 (かりお かずおみ) (自治医科大学附属病院 循環器内科 主任教授) 会場：女性就業支援センター
司会：栗原 由美子 (くりはら ゆみこ) (医療法人社団こころとからだの元氣プラザ 循環器内科医)

高血圧は、脳卒中や心不全など、循環器疾患の危険因子であり、日本人の患者は4000万人と推定されています。本セミナーでは、働き世代に増加する仮面高血圧という“サイレントキラー”をどう見つけるか、高血圧を予防・改善する生活習慣などについて、わかりやすくお話しします。