

令和6年度歯科疾患予防・口腔機能維持向上事業 食育支援に関する研修会 実施要項

1. 主 旨

食育は生きる上での基本であり、知育・徳育・体育の基礎に位置づけられるとともに、様々な経験を通じて「食」に関する知識と「食」を選択する力を習得することにより、健全な食生活を実践できる人間を育てています。こうした「食育」が今重要とされる背景には、近年、食に関連した様々な課題が挙げられます。

近年の調査では10代の二人に一人が口腔の問題を経験しており、4割が硬い食べ物を噛み切れないなどの課題があり、咀嚼など口腔機能が十分に発達していない可能性が推測されます。

また、栄養の偏りや不規則な食事などによる肥満や、それらが原因と考えられる生活習慣病の増加がみられます。若い女性を中心にみられる過度のダイエット志向に加え、高齢者の低栄養傾向等は、健康面での問題につながります。

こうした中で、食に関する知識を身に付け、健康的な食生活を実践することにより、心と身体を健康を維持することが重要となります。生涯にわたって生き生きと暮らすために、食育を通じて「食べる力」＝「生きる力」を育むことを目的とし、本研修会を開催いたします。

2. 日 時

令和7年1月19日(日) 14:00～16:00

3. 開催方法

会場・WEB配信

会 場：岐阜県歯科医師会館 4F 第1会議室

「岐阜市加納城南通り1-18 TEL/058-274-6116」

WEB：ZOOMウェビナー使用

4. 対 象 者

歯科医師、歯科保健関係者、幼稚園・幼児園・保育施設関係者、学校関係者、市町村保健担当者等

5. 講 演

講 演／「未来を支える噛む力～姿勢と生活習慣が育む子供の成長～」

武内秀威 先生 [岐阜県歯科医師会 母子・学校歯科保健委員会 委員]

講演要旨／ 生きるためには「食べること」が欠かせません。食べる行為を通じて生命を維持していますが、動物が本能で能力を発揮できるのに対し、人間には噛むことを通じてさまざまな能力を育む特性があります。

今回の講演では、噛むための準備としての姿勢の大切さと幼少期からの「噛む習慣」がその後の成長にどう影響するかを考えます。

小学校での食育では、よく噛むことの意義が学ばれますが、この学びの場に立つためには、幼児期から噛む習慣が携わっていることが不可欠です。哺乳と捕食の違いを通じて、噛むことが自然に身につくわけではないことを解説し、生活習慣の重要性に触れます。

皆さまには、この理解を保護者と共有し、こどもたちの健康な成長を支える学びの場として活用いただければ幸いです。