



歯を守ることは、健康を守ること

7月17日、上尾公民館にて「8020 よい歯のコンクール表彰式」が開催され、70名が受賞しました。80歳以上で20本以上の自分の歯を保っている市民の皆さまを表彰するこの事業は、歯の健康を通じて、質の高い人生を送ることを目指すものです。歯の健康は、食事や会話など日常生活の質に直結するものであり、子どもの頃からの予防が重要です。

上尾市では、上尾市歯科口腔保健の推進に関する条例のもと、乳幼児から高齢者まで切れ目のない支援を行っています。その中でも市内小・中学校では、歯科医と連携した定期健診、歯みがき指導、生活習慣の見直しに加え、フッ化物洗口に取り組む小中学校もあり、むし歯予防に力を入れています。この洗口は、一定濃度のフッ化ナトリウム溶液を用いて1分間うがいをする方法で、むし歯予防に高い効果があるとされています。

こうした予防活動の成果として、令和6年度に大谷小学校・大谷中学校が埼玉県学校歯科保健コンクールで最優秀賞を受賞しました。特に、大谷中学校では20年連続入賞という輝かしい実績を誇り、市長表敬訪問では、生徒たちの歯・口の健康づくりに対する意識の高さに、私自身も大変感銘を受けました。大谷中学校の学校歯科医を務める岡田栄一先生からは「歯は削ったら元には戻らず、自分の歯に勝るものはありません。だからこそ、むし歯をつくらないことが大切です。」との言葉をいただきました。

私もこの言葉に深く共感し、日常の小さな意識が、将来の健康につながると改めて感じました。これからも、すべての世代が自分の歯で健やかに暮らせるよう、歯科保健の充実に努めてまいります。



8020 よい歯のコンクールで表彰された皆様と

市長 畠山 稔