

フレイルの早期発見と対応

最近、報道で「フレイル」という言葉を耳にする方も多々あります。フレイルは日本老年医学会が2014年に提唱した概念

では、育成期から成人期にかけてお口の管理を丁寧なことで、高齢期の健康へどのような影響を与えるのでしょうか。

日本大学松戸歯学部付属病院では、乳幼児期・学童期の育成期から、成人期を経て、高齢期にかけて連続したお口の健康管理が、全身の健康のみならず、生涯の「生活の質」を高維持するために重要である、という視点で医療サービスを展開しています。

「Frailty(脆弱)」の日本語訳です。健康な状態と要介護状態の中間に位置し、身体的機能や認知機能の低下が見られる状態を指します。

医療最前線 Dr.リポート

生涯にわたるお口の健康を管理しましょう 199

一健やかな高齢期とオーラルフレイル

日本大学松戸歯学部は、歯科学を「口腔科学(Oral Science)」と捉え、医学の一分科としての教育を展開。最前線で活躍する歯科・内科のスペシャリストに、医療現場の現在と未来について連載でリポートしてもらおう。

河相 安彦 先生
日本大学松戸歯学部 付属病院院長
有床義歯補綴学講座 教授




フレイルを早期に見て、歯を失い嚥下機能なし、対応することは、全ての低下に対応するとい身フレイルも早期に発現、お口の健康管理をすす見し、要介護状態に移行することで予防できます。つまり高齢期のオーラルフレイルやフレイルは、子どもころから、一生行は、嚥下機能や、しゃべる機能。飲み込むなどの健康を維持する、お口のお口の機能が低下して、病気を発した時は治療人との会話を避けがちとなり、低栄養につながります。自分で気付く前から早期に発見して先駆けて予防や治療に努めなさいなど「生活の質」が医療にも影響を及ぼす。

あなたの「お口の機能」は7項目の簡単な検査で、確認することができます。次回はその検査についてご説明します。

日本大学松戸歯学部庶務課 047-360-9567

ふなばし三番瀬海浜公園

野鳥カレンダー2021 (800円)

三番瀬で観察できる「野鳥カレンダー2021」。干潮・満潮の時間・潮位を記しているため、観察・撮影の目安に使うことも出来る。

企画展「三番瀬100」開催中
ふなばし三番瀬環境学習館 2階で2月23日(火・祝)まで。100種を超える三番瀬の生きものを展示。

(公財)船橋市公園協会 船橋市本町4-41-19
問い合わせ ☎047-425-7000

ふなばしアンデルセン公園

船橋市公園協会オリジナルカレンダー & アンデルセン公園ペア招待券

ふなばしアンデルセン公園は、アスレチックなどで遊べる「ワンパク王国」、19世紀のデンマークの牧歌的な風景を再現した「メルヘンの丘」、創作体験の「子ども美術館」など、5つのゾーンからなる総合公園。

「チューリップまつり」は～1月31日(日)まで。園内が20種類5万株のチューリップで彩られ、メルヘンの丘ゾーンには約1万5000株で作るチューリップめいもオープン!

身近な自然や季節をテーマにした2021年卓上型オリジナルカレンダー(非売品)。デザインは秋山 孝氏。

(公財)船橋市公園協会 船橋市本町4-41-19
問い合わせ ☎047-425-7000

国立歴史民俗博物館 招待券 5名様 10名様

国立歴史民俗博物館(佐倉市)は、新年は1月5日(火)より開館いたします。

「海を渡った漆器Ⅲ」『アイヌ文化へのまなざし』開催中。

▶入館料:一般 600円
▶開館時間:9:30～16:30 (入館は16:00まで)
▶休館日:月曜日(休日にあたる場合は開館し、翌日休館)

佐倉市城内町117
問い合わせ ハロダイヤル ☎050-5541-8600(8時から20時まで)

MASARUのタロット占い

2021年 年間占い

【】…タロットカード ★…ラッキーカラー

1月生まれ

【塔・正】気配りを怠ると思われ対人トラブル発生の暗示。つきあいが長い相手ほど油断禁物。新しいことを取り入れて心身の若返りを心がけて。★銀

2月生まれ

【恋人・逆】身近な人との連絡が断れる年。孤独な状況では前進が困難。まずは周囲との絆を深めるのが正解です。助け合いの精神を大切に。★青

3月生まれ

【世界・逆】有意義にお金を使うことが今年のテーマ。自分自身を労わるための出費は吉。つい後回しにしがちなことほど優先的に実行すると◎。★黒

4月生まれ

【戦車・逆】自宅を居心地よく整えることが今年の課題。一日の疲れをしっかりと癒せる場所にしましょう。通勤・通学のルートを変えるのも吉。★茶

5月生まれ

【悪魔・逆】今年は周囲に流されやすい運気。自分の得意分野に集中し一歩進めたいところ。八方美人にならないよう意識して。★白

6月生まれ

【審判・逆】努力の成果が出るまでには時間がかかる年。手を抜くとすぐにバレます。何事にも丁寧に取り組むのが正解。昔の仲間が幸運の使者。★赤

7月生まれ

【愚者・正】あなたの個性を見出してくれる人物が現れ、新しい展開が起こる暗示あり。短所が魅力になりうる年です。思い込みを手放してみ。★紫

8月生まれ

【皇帝・逆】金銭感覚が違う人物との交際に要注意。奢ったり奢られたりは控えて正解。人の財布をあてにした行動は思惑が外れる可能性大です。★金

9月生まれ

【魔術師・逆】決断力を強化したい年です。大事な場面で周りに押し切られないよう注意が必要。熟考も大事ですがスピード感も意識しましょう。★桃

10月生まれ

【吊るされた男・正】周囲に対して思着せがましくならないよう要注意。相手が本当は何を望んでいるか見極めを。自分のことも疎かにしないで。★灰

11月生まれ

【星・正】好きなことに重きをおきたい年です。明るいうる気持ちで取り組めることの方が利益を生み出します。仲間も増え更なる目標ができる予感。★緑

12月生まれ

【月・逆】我慢をやめることで運気回復。目先の些細なことを恐れないで。よく休み、肩の力を抜いた状態で再挑戦した方がうまくいく予感です。★黄

2021年「お年玉プレゼント」応募方法

お一人様1回のみ応募できます。希望商品を第3希望まで書いて、〒住所・氏名・電話番号と「日夜、コロナ最前線で奮闘している方々への感謝のメッセージ」を寄せてください。応募は「ふれあい毎日」ホームページ <https://bunya.ne.jp/fureai/> 「今月のプレゼント」から応募するか、fureai@bunya.ne.jp までメールで応募してください。

◆応募締め切り=1月15日必着
●当選者の発表は商品の発送をもってかえさせていただきます

新年あけましておめでとうございます 2021年 新春

皆さまにとりまして、新年が希望に満ちた年でありますように

千葉県毎日会 会長 小木曾 史人	千葉県毎日会 副会長 室井 真	千葉県毎日会 幹事長 龍福 正昭	千葉県毎日会 会計 皿澤 雅之
千葉県毎日会 顧問 宮澤 誠一	千葉県毎日会 常任顧問 伊藤 慶信	千葉県毎日会 相談役 清水 昭	千葉県毎日会 支局長 鮎川 耕史

日頃は東葛毎日新聞社及び毎日新聞を格別のお引き立てにあずかり、誠にありがとうございます。今年もふれあい毎日読者の皆さまに心温まる話題をお届けしてまいります。本年もなお一層ご愛顧のほどよろしくお願い致します。

もど上位争いに食らいつきます。2021シーズン <https://www.reyso.co.jp/>
き、最後まで戦い抜き、柏レイソルへの声