



楽しい、そして小さなお子さんから高齢の方までご参加いただけるイベントをやります。

午前の部は山形県から地の美味しい食材を使って、本当に見た目も、味もサイコーの嚥下食（飲み込みが悪くなつた方でも食べられる食事）を作っておられるスーパーシェフ、延味克士さんをお招きして、お話を聴

いたり。実際の嚥下食を試食したりします（有料）。午後は、食にまつわるブースが多数出展されます（無料）。もちろん午後だけ参加というのもありです。  
本年9月17

日（日）、下落合の東京富士大学二上講堂で開催します。皆さん、時間を空けておいてください！そして顔を出してくださいね。

### 8020運動

「8020（ハチマルニイマル）運動」を聞いたことがありますか？ちょうど僕が歯医者になった頃に始まった運動で、「80歳になっても20本以上（全部残っている）と28本の健全な歯を保とう」という運動です。では、どれくらいの方が達成されていると思いますか？平成元年当時はわずか7%程度でした。あれから30年以上。今ではなんと50%以上の方が達成されています。素晴らしい成果です。

ただ、これで喜べない状況が2つ出てきました。もちろん健全な歯が多く残っていることは素晴らしいのですが、介護が必要になった時、多くの歯をケアしなければならぬし、歯のトラブルも出てきます。僕が訪問を始めた25年前は多くの方が総入れ歯でした。

もう1つは、寿命が100歳近くになっていくということです。80歳で20本あっても、まだ20年あるのです。20本でいいのですか？という話が出てきました。そこで「9028」という声も上がっています。90歳までは歯を全部残しておく！という意味です。なかなか厳しいですが、そういう時代なんだなあと思いました。