



9/23 子どもから大人までゴルフを楽しんでほしい 市営あらかわゴルフ場感謝祭（市営あらかわゴルフ場）

もっとゴルフに親しんでもらいたいと開催された感謝祭。グリーン上でのパター体験やゴルフカートの試乗体験のほか、NPO法人サンスマイルあらかわによるブローライフルなどさまざまな体験ブースが立ち並び、来場した人はゴルフ場でのひとときを楽しみました。

また、荒川漁業協同組合による鮎のつかみ取りでは、子どもたちが水に濡れながら鮎を追いかけ、「やっと捕まえた」などと楽しんでいました。



▲ゴルフカートに乗り、コース内を試乗しました

9/26 児童が神林産ピザを商品化 ピザレシピ発表会（平林小学校）



▲試食してピザの味を確認する児童の皆さん

平林小学校の5年生が「自分たちが地域を盛り上げるために何ができるか」をテーマに考え、地元食材を使った「ピザのレシピ作りと販売」を行うことに決定。米やトマト、長ネギを栽培している神林地域の生産者を訪ね、収穫までの流れなどを学習しました。

ピザを試食した児童は「味のバランスがいいピザが作れた。買ってくれた人たちには食材の味を感じてほしい」と話していました。このピザは、「ハロウィン&かかし祭」で販売され、好評を得ていました。

10/6 遊びと癒しの森と出会うフェスティバル モクリンフェス2024（天蓋高原高根交流広場）

晴天の下で行われた「モクリンフェス2024」。親子連れが木や森にちなんだ体験ブースや、アクティビティを楽しむ姿が多く見られました。

また、大きな木に設置された巨大ブランコに乗った女の子が、笑顔で叫んでいる姿は印象的で、普段体験できない遊びを堪能していました。

キッチンコーナーでは、市内外の飲食店が並び、おいしい料理に舌鼓を打ち、森の音楽会に癒されていました。



▲会場は久々の晴天に恵まれました

10/10 地域と一緒にさつまいもを栽培 愛のサツマイモプロジェクト（山北中学校）



▲3人で協力して大きくなったサツマイモを収穫

山北地域で活動している人たちと協力して作業を行い、地域活動への参加意識を高めることを目的に、保護司会山北分区分、山北地区保護女性会が主体となる「愛のサツマイモプロジェクト」に山北中学校2年生が取り組みました。

春の植え付けから始まり、予想以上の収穫量となったサツマイモを見た生徒は「地域の皆さんと協力して作ったので、給食で食べるのが楽しみです」と話していました。

「健口=健康」を守るために ～歯周病を予防しましょう～

岡保健医療課健康支援室（☎53-3364）



村上市岩船郡歯科医師会
会長

佐藤 鶴英 先生

歯周病の予防法は口の中の細菌の全体数を減らすことが重要です。日常的な歯磨きやデンタルフロス、歯間ブラシを使ってプラーク（歯垢）を除去し、定期的に歯科医院で歯のクリーニングを受けることが大切です。「健口=健康」を守るために行っていただきたいと思います。

歯周病は「国民の7割が罹患している」ともいわれる感染症です。糖尿病や高血圧症、心疾患などの全身疾患のリスクを高めます。妊婦においては、低体重児出産などの原因となります。近年、認知症を発症・進行させる要因の一つが歯周病菌によるものだということが明らかになっています。

認知症で最も多いのが「アルツハイマー型認知症」です。アルツハイマー型認知症は、脳に「アミロイドβ」というたんぱく質が蓄積されることによって発症するとされています。そのメカニズムは、歯周病菌によって「カテプシンB」という酵素が増え、アルツハイマー型認知症の発症因子であるアミロイドβの受容体が増えることによって認知症の発症・症状悪化を招くものです。

アミロイドβは分解されて排出されますが、何らかの理由で排出されずに蓄積してしまうと脳の情報伝達が悪くなり、脳の機能が低下してしまいます。認知症を防ぐためには、アミロイドβの蓄積を防ぐ必要があります。

市の現状

成人歯科健診の受診率は毎年12～13%前後で、令和元年度からは年々減少傾向となっています（図1）。

また、令和4年度の歯科健診の結果、歯周病（歯石、歯肉出血、歯周ポケットあり）の罹患割合は、どの世代も80%を超えています（図2）。

歯科健診で歯周病の早期発見を

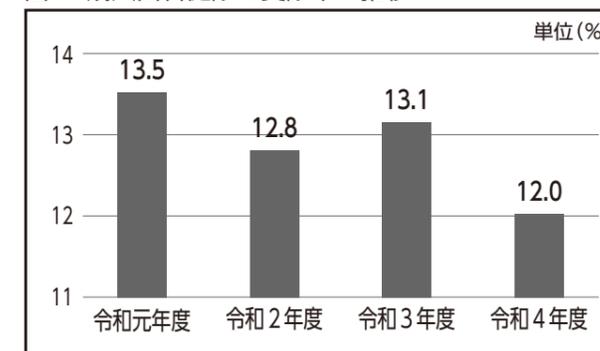
市では20～70歳になる人（5歳おき）を対象に、むし歯や歯周病などの早期発見・早期治療につながることを目的として「成人歯科健診」を実施しています。

また、76・80歳の人を対象に、オーラルフレイル*予防を目的とした「高齢者歯科口腔健診」を実施しています。

どちらの健診も令和7年2月末までの受診期間ですので、受診券が届いている人は、歯科健診を受けましょう。

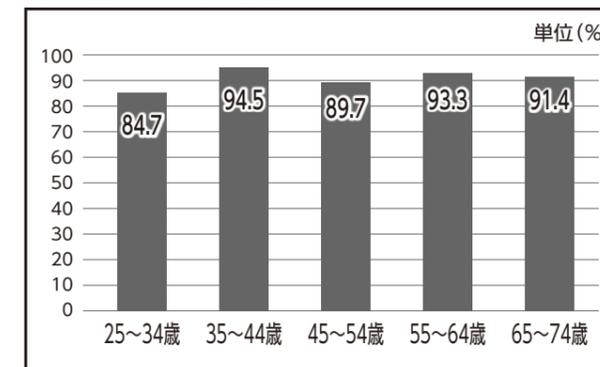
*オーラルフレイル…加齢に伴い、噛みにくい、飲み込みにくい、むせる、滑舌が悪くなる、口腔乾燥などの口腔機能が衰えた状態

図1 成人歯科健診の受診率の推移



出典：市健康管理システム

図2 歯周病の罹患割合



出典：市健康管理システム