

新潟大学創立50周年記念協賛講演会の開催を終えて

加齢歯科学講座 野村 修 一

新潟大学創立50周年記念の協賛行事として、歯学部附属病院の主催する講演会「50年から100年へ いつまでも楽しく食べよう」が、創立記念日の翌日である6月2日（水）午後1時30分から市民プラザで開催された。この講演会は、大学創立50周年から次の50年間を人における50歳以降の人生になぞらえて、高齢者社会における食文化や、食の楽しみや食の意義と口腔の健康との係わりを広く市民にPRすることを目的として企画された。

講演に先立ち、河野歯学部附属病院院長ならびに

花田歯学部長から、市民の皆さんに日頃から新潟大学歯学部附属病院にご理解をいただいていることへの御礼と、歯学部附属病院は地域に「開かれた病院」「役に立つ病院」を目指していることへのご支援を願う挨拶があった。

講師は2名で、講演1は加齢歯科学講座教授、野村修一による「楽しく食べて高齢社会を生き生き暮らす」、講演2は北方文化博物館館長、伊藤文吉氏による「旅から学ぶ食文化」であった。講演要旨は次のとおりである。

講演1 「楽しく食べて高齢社会を生き生き暮らす」

新潟大学歯学部教授 野村 修 一



高齢社会を迎えて、人それぞれの生きがいや精神的な豊かさなど、生活の質が重視されるようになりました。この「生活の質」への日本人の関心は、年齢や学歴を問わず、まず第一は肉体的・精神的に健康な生活です。「健康のために何をしていますか？」の問いには、「食事に注意している。多種類の食品を摂るようにしている」との答えが多く、特に、女性の高齢者では多いとの報告があります。

歯が抜けたり、痛い歯があると咬めない食

物が多くなって、食事の内容が単調になりがちです。食欲も落ちてしまい、栄養不足となるおそれがあります。高齢者では、低栄養が続くと全身の健康を損ね、さらには生命をも危うくする可能性があります。同時に、食事が楽しみではなくなったり、家族や友人と楽しく食事を共にすることができなくなります。

「楽しく食べる」には、十分に咀嚼（そしゃく：食物を咬んで細かくし唾液と混ぜて飲みやすくすること）して美味しさを味わい、飲み込むという口腔の一連の働きが保たれていることが必要です。また、よく咀嚼できる高齢者は元気で自立していることや、咬むことによって脳の血流量が増加することがわかってきました。

さまざまな食べ物を楽しく食べることは、身体を健康を保つ栄養をとるだけでなく、健康感や心理的な満足感にもつながり、生活への意欲を高める全身の活力源となることから、健やかな老いに欠かすことができません。



一人旅をしていると、かつて人間が持っていたはずの環境に対する敏感な動物本能が蘇ってくる。

初めて訪ねる家であっても、その家の調度品を見るとその家に住む人達の趣味がわかる。その家の本棚を見ると、その家庭の教養の度合いがわかる。子供部屋を見ると親の躰がわかる。台所を見て調理道具や冷蔵庫の中を覗くと、そ

「食べる」という身近なテーマであったこと、さまざまな文化活動で著名な伊藤文吉氏が講師であったことから、平日にもかかわらず多くの市民の方々から聴講してもらえた。高齢社会における食と口腔の係わりをわかりやすい内容で広く公開するという目的は十分に達成できたと思っている。また、各医局のご理解によって学生さんの動員もあって、広い会場を空席が目立たない程度に埋めることができた。

内輪話であるが、平日の午後にどれだけの市民の方々に参加してもらえるかが最も気懸かりなことであった。そこで、新潟市近隣で開業している同窓生の診療所、新潟市内の公民館、ならびに新潟県福祉保健部健康対策課を通じて市町村、保健所等の関係団体にポスターの掲示を依頼した。また、歯学部公開講座を受講した人

北方文化博物館館長 伊藤文吉

の家の主婦の料理の腕前と料理に対する関心度がわかる。

初めて訪れる町で港や市場を見て廻ると、その町の活気と人々の食生活がわかる。駅前広場に立つと、その町の歴史の格式と風格がわかる。訪ねる町でその地方の文化遺産の保全と人々の関心度で、その土地の政治の中味がわかる。

日本人の外国旅行の多くは、そんなものに接することが出来ない程、急いで旅をしている。世界の国々の中で色んな人達が作っている生活用品、それらの物がどこの国で作られた製品だと知って使っている人はあまりいない。

物の流通は驚くほどの早さで世界の隅々まで運ばれていくが、その物がどんな国で、どんな人達によって作られているか、誰も知らない。文化と文明の価値観の違いも曖昧である日本。

達には案内状を送付し、出席を呼びかけた。さらに、「市報にいがた」や、NHKテレビ、朝日だよりなどのマスコミに掲載、放送をお願いした。

このような当日までの準備と手配、ならびに当日の受付、誘導などに協力していただいた事務部の皆様、ならびに準備・運営を担当した加齢歯科学講座の医局員に心から感謝致します。

