

# 第1学年対象文化講演会 2020

令和2年1月28日(火)



## 《学校歯科医 山根秀樹先生の講演会》

テーマ：美味しく食べて元気になるう ～ 世界で一番聞きたい歯と口の話 ～

### クイズ

よく噛むとたまらないのは次のどれ？

- 1.目くそ
- 2.耳くそ
- 3.鼻くそ



答えは2番です

噛むと顎が動き耳の穴の皮膚がはがれ落ち、たまらずに出てしまうからです。



生きる基本は食えることと寝ること  
規則正しい生活をし、リズムを作ることが大切

### クイズ

野生のサルはスイカのどの部分から食べるでしょうか？

- 1.皮
- 2.種
- 3.実



答えは2番です

野生のサルは種に栄養があることを知っていて、食べられる時に栄養のあるものを食べようとするからです。人間も元気にしてくれる食べ物を選びます。

クイズ形式でお話して下さったので、わかりやすく、楽しく学ぶことができました。



日本耳鼻咽喉科学会の静岡県地方部会学校保健委員会は、耳あかが耳の奥にたまらないことを実証した動画を作った。浜松市中区の耳鼻科医で、同委員会の植田洋委員長が成人女性の耳の中を5か月間観察し、古くなった鼓膜の皮膚が、耳の外側に向かってゆっくりと移動していく様子を撮影。これが入口付近で剥がれて耳あかとなり、自然と外に排出されることを解説した約12分の動画を作成した。日耳鼻静岡県地方部会のホームページに掲載されている。

植田氏は「耳掃除をすると内部を傷つける恐れがある」とも指摘。日耳鼻の広報委員会委員で、済生会宇都宮病院耳鼻咽喉科の新田清一主任診療科長も「耳掃除は推奨しない」と話している。ただ、耳あかが粘性のタイプの人もあることから、新田氏は「気になる場合は耳鼻科で除去してもらうか、耳の入り口から1センチ以内の場所を2週間から1か月に1回程度、綿棒でそっと拭き取る程度に抑えた方がよい」と呼びかけている。(2020.1.27 読売新聞掲載)

よく噛むことは自分の身を守ることでよく噛むと唾液が出ます。唾液には消毒作用があります。発がん性のあるものは噛むことで発がん性が低くなります。むし歯にもなりにくくなります。

ドイツ語で、“食べる”には2つの単語がある

エッセン(essen)《人が食べること》とフレッセン(flessen)《動物が食べること》です。フレッセンは生命維持のため餌を食べる“食”で、エッセンはエネルギー源のみでなく、家族や仲間と語りながら楽しく食べる“食”です。子供の心理発達にもエッセンが重要です。

### 顎力は学力

よく噛むと、脳の働きがよくなります。

歯は他の病気とは違い、治療しても元通りにはなりません。早期発見！早期治療が大切。『口は健康の窓』一週間に1回は口内を👁️見てcheck!!

