

## 講演 1

### “健口人生と不健口人生”

ふたつの人生の大きな違い

天野 敦雄 先生

大阪大学大学院歯学研究科  
予測歯科創造共同研究講座 特任教授

50歳は人生の大きな分かれ道。仕事、プライベートも大事ですが、もっと身近な重大事は健康な口（健口）。全身の健康は健口が支えています。

何でも食べられる健口は身体の虚弱（フレイル）を防ぎ、糖尿病、認知症、脳梗塞、関節リウマチなどの病気を遠ざけます。健口は健康寿命を延ばすのです。

幸せになるために必要なものはお金ではありません。健口です。健口はいい腸内細菌叢をつくれます。すると脳の幸せホルモンが増えて、幸福寿命を延ばしてくれます。

健口人生と不健口人生、どちらを選ぶかは50歳の決断次第。健口な人はもっと健口に、不健口な人は健口を取り戻すのです。

令和の歯科にはパラダイムシフトが起こっています。キュアからケアへと移っています。「先生にお任せします」から「患者も主治医」への変化です。

歯科衛生士も新時代に入ります。令和8年度から「口腔機能指導」が歯科衛生士に認められました。口腔機能低下・発達不全から患者さんを守るのです。口腔衛生指導と口腔機能指導で、患者も主治医に育てることが歯科衛生士に期待されています。

50歳はまだ働き盛り。ビジネスシーンでの健口の価値も伝えなければなりません。患者を主治医にするために伝えることはただひとつ。健口は「健康寿命」、「幸福寿命」、「キャリア実現」を支えています。