

8020

はち

まる

にい

まる

推進・静岡県大会 in 静岡

8020  目指そう80歳20本の歯



オーラルフレイル予防でいつまでも 若く! 美しく!



講師
小沼みのり氏



令和4年 **11.20** 日

時間 **13:00 ~ 15:45**

会場 **グランシップ 会議ホール風** (静岡市駿河区東静岡2-3-1)
※ハイブリッド開催を予定 (会場: 80名 (先着順)、WEB配信)

●お問い合わせ 静岡県8020推進住民会議 (静岡県歯科医師会内) Tel.054-283-2591

❗ 新型コロナウイルス感染対策のため、ハイブリッド開催 (会場参加型とオンライン視聴型の併用開催) とします。

詳細はウラ面をご確認ください。



+



=



オーラルフレイルとは、噛んだり、飲み込んだり、話したりするための口腔機能が衰えることで身体の衰え(フレイル)の一つです。人生100年時代を迎えた今、歯の本数に主眼を置いた「8020運動」に加えて、よく噛んで飲み込めるといった口腔機能に注目した「オーラルフレイル予防」をすすめています。お口の健康を管理して、感染予防と健康長寿につなげましょう。

スケジュール

13:00 開会：静岡県8020推進住民会議会長
挨拶：静岡県健康福祉部長
静岡県歯科医師会会長
表彰：8020県民表彰(県知事賞)
8020推進財団理事長賞
歯と口の健康に関する図画・ポスター(最優秀賞)

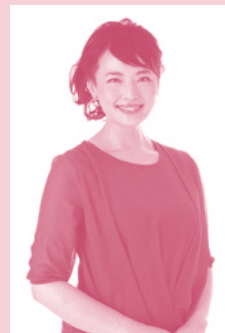
14:10 保健活動発表(約15分)
●静岡市口腔保健支援センター所長 小畑充彦氏
「静岡市におけるオーラルフレイルの現状」
～令和3年度実態調査の結果から～
●静岡市食生活改善推進協議会会長 渡邊良子氏
「食育活動の中でのオーラルフレイル啓発」

14:40 講演(約60分)
演題：「アナウンサー目線のお口ケア」
講師：小沼みのり氏(フリーアナウンサー)

15:45 閉会

小沼みのり氏 (フリーアナウンサー)
株式会社デイグスピーク代表取締役

1981年旧清水市生まれ。早稲田大学を卒業後、岡山放送に報道記者兼務で入社しアナウンサーキャリアをスタート。翌年、SBS静岡放送へ移籍。以来16年間で静岡県の全市町を取材。局を代表するアナウンサーとなる。2021年静岡放送を退社し2022年4月、静岡県を新たな視点から活性化させたいとの思いから会社設立。フリーアナウンサーとして活躍する一方、女性起業家としても積極的に活動している。



講演内容 アナウンサー目線のお口ケア! ～女性アナの笑顔の秘密～

我々アナウンサーはなぜか「実年齢より若く見える!」と言われることが多いですが、若見えの秘密は「いつも笑顔でいること」と「口周りを動かし続けること」だと思っています。アナウンサーになって19年。毎日、口をダイナミックに動かし「口の筋トレ」をしているのと同じなのです。口周りは使わないと衰え、動かせばフェイスラインが上がりほうれい線も深くならないと考えます。そこで、当講演では毎日10分あればできる、簡単な「若返り滑舌練習」をお伝えします。コロナ禍の今、マスクで隠れることでなかなか意識が向かない自分の口の周りを今一度見つめ直しましょう。

新型コロナウイルス感染対策のため、ハイブリッド開催(会場参加型とオンライン視聴型の併用開催)とします。

- 会場参加は事前予約制(定員80名・先着順)とします。会場で参加希望の方は、下記同意書に同意の上、事前に氏名、住所、職種、電話番号を、下記QRコードにて申し込み下さい。(定員になり次第締切り)
- オンライン配信は、静岡県歯科医師会ホームページから視聴出来ます(事前予約無し。定員はありません)



会場参加
申込フォーム

オンライン配信もします。

静岡県歯科医師会

検索

新型コロナウイルス感染防止対策同意書

新型コロナウイルス感染防止のため、以下の措置の順守・指示に従うことについて同意します。

- ①以下のア～ウに該当する場合は、自主的に参加を見合わせる。
ア)体調が良くない場合(例:発熱・咳・咽頭痛などの症状がある場合) イ)最近味覚障害を感じている場合
ウ)同居家族や身近な知人に感染が疑われる人がいる場合
- ②マスクを持参し、手洗いやアルコール等による手指消毒を適宜実施すること。
- ③講演会終了後2週間以内に新型コロナウイルス感染症を発症した場合は、主催者に対して速やかに濃厚接触者の有無等について報告すること。
- ④本用紙に記載した個人情報、保健所など関係機関への情報提供に使用されること。
- ⑤その他、感染防止のために主催者が決めた措置を遵守するとともに、主催者の指示に従うこと。

令和4年

11.20日

時間 13:00～15:45

会場 グランシップ 会議ホール風(静岡市駿河区東静岡2-3-1)
※ハイブリッド開催を予定(会場:80名(先着順)、WEB配信)

●お問い合わせ
静岡県8020推進住民会議(静岡県歯科医師会内)
Tel.054-283-2591