

# 咬める、食べられる、喜ぶ 長生きと食生活

講師 松本歯科大学 歯科理工学講座・歯科補綴学講座 教授

黒岩昭弘 先生

高齢者社会の到来と言われて大分たちますが、自分が高齢者になっていく事はあまり実感しませんよね。何時、歳や老いを感じますか。孫ができた時？入院して天井を見ている時？はじめて入れ歯にする時？階段を上って苦しい時？三者三様です。まだ何も感じてない？幸せの真只中か、相当忙しい日々をお過ごしの方でしょうか。歳が増すたびに体の所々が痛くて・・・これは困った。

『おいしいものを食べる』これは皆さん楽しみなはずです。好きなものが食べられていますか？抜けたままにしていますか？入れ歯とうまく付き合っていますか？お口の中きれいにしていますか？この講演では歯の治し方や入れ歯との付き合い方、咬むことの重要性を再確認しながら素敵に年を取り、楽しく人生を過ごす秘訣をお教えします。



## 講師略歴

- 2016 年～ 松本歯科大学 歯科理工学講座 教授
- 2015 年～ 明海大学客員教授
- 2003 年～ 松本歯科大学 歯科補綴学講座 教授
- 2017 年～ 日本顎咬合学会 次期理事長
- 2003 年～ 日本歯科補綴学会 代議員
- 2000 年～ 日本歯科理工学会 代議員

**日時 平成30年3月3日(土曜日)**

**午後2時30分～午後4時10分(開場2時)**

**場所 下諏訪町総合文化センター**

**あすなろホール (入場無料)**

主催 岡谷下諏訪歯科医師会 岡谷市 下諏訪町

岡谷市地域包括支援センター 下諏訪町地域包括支援センター

問合せ 岡谷市健康推進課 (代) 23-4811 内線 1183

下諏訪町保健センター (代) 27-8384