

南多摩ブロック通信

公益社団法人 東京都歯科衛生士会
令和7年度 第3号 (令和8年2月発行)
活動地域 八王子市・町田市・日野市・多摩市・稲城市
ブロック会員数 82名 (令和7年12月現在)
ブロック長 小島 久美子
通信作成 大島 直子

◆よく噛めば おいしさ増して 健康に

2024年度 歯・口の健康啓発標語コンクール 代表賞

本年もよろしくお願いいたします。2026年度は地域衛生活動をお休みします。次年度にはご案内する予定でいます。勉強会は開催いたしますので、ぜひご参加お待ちしております。

南多摩ブロック長 小島 久美子

●活動報告【八王子いちよう祭り】

【日時】2025年11月16日(日) 8:30-15:30

【会場】八王子市陵南公園

【実施者数】111名

【内容】

第46回八王子いちよう祭りで地域衛生活動を実施しました。2025年は昭和100年を記念して「昭和ノスタルジ～share a sense of nostalgia～」をテーマに約43万5千人(主催者発表)の参加者で賑わいました。

南多摩ブロックからは、役員2名と協力歯科衛生士4名の計6名で「歯科衛生士のお口相談」「RDテスト」「OF-5」を八南歯科医師会八王子支部のブースで実施しました。ご協力いただいた会員の皆さま、ありがとうございました。

初めて参加！ 協力歯科衛生士さんの感想

歯科相談、RDテストなど初めての内容で緊張しましたが、先生方、先輩衛生士さんの指導の元とても楽しく活動できました。ご来場の方にも、「歯医者の人たち何食べてるの？」なんて質問され笑いが絶えませんでした。自分の世界が広がりとても有意義な1日でした。ありがとうございました。



●ブロック役員募集のお知らせ

南多摩ブロックの役員のお仕事をお手伝いしてくださる方を募集しています！

ハードルが高いと躊躇されるかもしれませんが、役員メンバーみんなで協力して運営しているのでご安心ください。経験や実績は問いません。

ご興味のある方は右のQRコードからお気軽にお問い合わせください。



●メールアドレス登録のお願い

未登録の方は登録をお願いします。

登録方法：右のQRコードから登録



●第2回ブロック勉強会報告

*** 西多摩ブロックと合同で開催しました！ ***

【テーマ】『すぐに役立つ！楽しく美味しいフレイル予防』

【日時】令和8年1月18日(日) 14:00～15:30

【会場】東京たま未来メッセ 第4会議室

【講師】ピーアウエイク代表取締役 久野 秀隆 先生
キューピー株式会社 山田 美香 先生

【参加者数】29名

【内容】

高齢期や歯の喪失により起こりやすいフレイルを予防するため、効果的な体操と栄養について学びました。

体操では、フレイル予防体操に加え「全力バタカラ体操」等にも挑戦しました。実際に体を動かしながら取り組むことで、会場は笑顔に包まれ、楽しみながら理解を深める時間となりました。

栄養の講義では、低栄養を防ぐための基礎知識に加え噛む力が弱くなった際に活用できるユニバーサルデザインフード(UDF)についてご解説いただきました。試食も行い、患者さんや身近な方への支援にすぐ役立つ実践的な学びとなりました。



参加者の感想 (一部抜粋)

久野先生の体操はシンプルで、すぐに今日からやりたくなる体操ですごく良かったです。他にも教えてもらいたかったです。

バタカラ体操はちゃんと伝えられていなかったと思いました。明日から教わったように患者様にもお伝えしたいと思います。

キューピーさんのユニバーサルデザインフードは薄味の介護食のイメージとは違ってどれもおいしくてびっくりでした。