

# 2016年 6月26日

(当院主催)

## 栄養・ アンチエイジング ジョイントセミナー

### 歯と認知症の意外な関係

鋸南の健康セミナーに35人  
森永歯科

予防に軸足を置いた健康増進・アンチエイジング型歯科医院の森永歯科医院(森永宏喜院長)は、鋸南町竜島IIによる「健康セミナー」がこのほど、館山市の南総文化ホール大会議室で開かれた。日本初の栄養療法専門医院の新宿溝口クリニックの定真理子チーフカウンセ

ラーとの5度目となるジョイントセミナーで、今回は、「歯と認知症の意外な関係」をメインテーマに、35人の参加者を前に2人が講演した。定力カウンセラーは「栄養と女性のライフサイクル」について講義。「女性

は初潮から妊娠・出産・子育て、そして更年期と続く。なかでもホルモンの変化から体調を乱す危険と常に隣り合わせ。そこを乗り切るためには食事や生活習慣の見直しが大切」と指摘。バラエティーに富んだ食事をすすめる上で歯の健康の重要性を強調した。また、サプリメントを使う場合は「医療機関が勧めるメディカルサプリメントを使うべき」と話した。



約30人が聴講した健康ジョイントセミナー＝南総文化ホール

森永院長は、歯周病と慢性炎症、そして全身疾患との関係がいかに関係が健康寿命に関わるかというテーマを「認知症」との関係で解説。歯周病のコントロールが認知症の進行に影響することを研究データを交えて示した。

さらに、管理栄養士が「夏バテ防止10か条」と題してレクチャー。これから暑い夏に向けた食習慣、生活習慣のチェックポイントを解説した。

2016年(平成28年)7月20日(水曜日)

# 房日新聞に 掲載されました!

