

健康は“歯”から「8020 よい歯の高齢者」を表彰

11月27日（日）大垣市総合福祉会館で「8020 よい歯の高齢者表彰式」が開催されました。

「8020」とは「80歳になっても20本以上自分の歯を保とう」という運動です。自分の歯が20本以上あれば、ほとんどの物がおいしく食べることができると言われていて、そのため「生涯、自分の歯で食べる楽しみを味わえるように」との願いを込めて実施されています。

安八町からは11の方が表彰されました。受賞者の皆さんは次のとおりです。



白木 正信さん 27本

朝、しっかり歯みがきをし、好き嫌いなく固いものもよく噛んで食べています。

健康な歯のお陰で、この年まで健康でいられたことに感謝しています。



村山 利夫さん 30本

歯に痛みがあるとすぐに歯医者へ行くように心がけ、夫婦で互いに声かけをし、歯を大切にしています。



酒井てる子さん 27本

子どもの頃、川で捕れるかにや小エビをよく食べていました。

自分の歯で食べると食べ物本来の味がわかり、おいしく食べられます。



棚橋 和子さん 21本

食べる前、食後に歯みがきをします。そして、その時に歯ぐきまでしっかり磨くように心がけています。



高田 利明さん 25本

毎朝牛乳を飲み、魚も好きなので食べれる時は、骨まで食べるくらいよくカルシウムを摂っています。好き嫌いなく、固いものもよく噛んで食べています。



安井 昇さん 20本

母からの遺伝が大きいと思いますが、20代の頃からどれほど忙しくても1日4回、寝る前も欠かさずに歯みがきをしています。



安藤 豊子さん 22本

朝1回の歯みがきは欠かしません。また好き嫌いなく何でも食べ、よく体を動かすこと、できることは何でもチャレンジすることが大事だと思っています。

下村みさをさん 28本

毎食後の歯間ブラシと夕食後すぐに歯を磨くことを毎日欠かしません。また、魚は食べれる時は骨までよく噛んで食べています。

山田 春夫さん 24本

丈夫な歯に産んでくれた母にとっても感謝しています。賞をいただいた報告ができるのが、一番の喜びです。

武藤 隆巳さん 24本

他1名