

◆市民表彰

広く公共の福祉や市勢の発展に尽力され、功労が特に顕著な個人または団体、市民の模範となるべき篤行者、市民生活の向上や公共的活動に尽力した方を表彰するもの

◆農業賞

初代酒田農業協同組合組合長 伊藤惣治郎氏の遺志により遺族から寄付された基金をもとに制定されたもので、農業振興に積極的取り組み、他の模範となる個人または団体を表彰するもの

◆庄内文化賞

庄内地方に居住し、文化および芸術に関する活動または阿部次郎に関する研究において、優れた成果を挙げた個人または団体を表彰するもの

◆酒田市新田産業奨励賞

(株)平田牧場と(株)平牧工房から寄付された新田産業振興基金をもとに制定されたもので、本市の産業振興に貢献し、他の模範となる個人または団体を表彰するもの



佐藤 剛氏

77歳／下安町
〔住民自治〕

平成20年に下安町自治会長に就任して以来、17年の長きにわたり、自治会のまとめ役としてご尽力されました。この間、平成27年からは酒田市自治会連合会理事、令和3年5月からは同連合会副会長を歴任し、豊富な知識と強い責任感で、市

街地約180自治会の振興と発展に貢献されました。また平成30年からは泉学区コミュニティ振興会会長を務められ、豊富な経験を生かし、地域コミュニティの振興と発展に寄与されました。

【主な経歴】

平成30年4月／泉学区コミュニティ振興会会長
令和3年5月／酒田市自治会連合会副会長



伊藤 信弘氏

85歳／山居町二丁目
〔社会福祉〕

平成24年4月に47区睦会の会長に就任して以来、令和3年4月には酒田市老人クラブ連合会酒田支部支部長、さらに酒田市老人クラブ連合会会長も兼任するなど、地域社会の高齢者福祉活動に深く関わり、地域を支える老人クラブのさまざまな

活動にご尽力されました。

また同年6月には山形県老人クラブ連合会副会長に就任し、本市のみならず山形県全体の老人クラブの育成指導にも寄与されて、社会福祉の向上に多大な貢献をされました。

【主な経歴】

令和3年4月／酒田市老人クラブ連合会会長
令和3年6月／山形県老人クラブ連合会副会長



五十嵐 伸一氏

76歳／広野
〔統計調査〕

昭和49年に山形県農林水産業基本調査に従事して以来、51年の長きにわたり、統計調査員として36回の実績を重ねてこられました。特に国勢調査には、昭和50年から令和7年まで11回、農林業センサスには、昭和50年から令和2年まで10回

の調査に従事されてきました。

調査にあたっては、その重要性・必要性を十分に認識し、調査対象世帯に対する丁寧な説明など、他の調査員の模範となる精度の高い調査活動に取り組まれています。

【主な経歴】

昭和49年2月／山形県統計調査員
昭和50年10月／総務省国勢調査員



佐藤 豊氏

78歳／広野
〔統計調査〕

昭和49年に山形県農林水産業基本調査に従事して以来、48年の長きにわたり、統計調査員として35回の実績を重ねてこられました。

特に国勢調査には、昭和50年から令和2年まで10回、農林業センサスには、昭和54年から令和2年まで9回の調査に従事されてきました。

調査にあたっては、その重要性・必要性を十分に認識し、調査対象世帯に対する丁寧な説明など、他の調査員の模範となる精度の高い調査活動に取り組まれました。

【主な経歴】

昭和49年2月／山形県統計調査員
昭和50年10月／総務省国勢調査員



令和7年度の各表彰が決まりました

【市民表彰】総務課総務係 ☎26-5700
【農業賞】農政課総合農政係 ☎26-5792
【庄内文化賞】文化政策課管理係 ☎24-2995
【酒田市新田産業奨励賞】商工港湾課企業立地・産業振興係 ☎26-5361

市 民 表 彰



故 佐藤 良氏
享年72歳／大野新田
〔産業振興〕

平成15年に大町溝土地改良区理事に就任し、平成23年4月からは理事長として土地改良区運営の基盤を構築されました。また最上川下流右岸地区共同管理委員会会長として、隣接する土地改良区にまたがる広域な共用施設の適正管理を行い、

令和2年4月からは山形県土地改良事業団体連合会北庄内支部の副支部長として山形県および庄内の土地改良事業の発展に大きな役割を果たされました。その他、大雨災害時の排水ポンプ車の出動協力体制や「田んぼダム」の普及啓発など、地域防災対策に寄与されました。

【主な経歴】

平成23年4月／大町溝土地改良区理事長
平成25年4月／山形県土地改良事業団体連合会理事



故 佐藤 助弘氏
享年72歳／黒森
〔産業振興〕

平成11年に袖浦土地改良区理事に就任して以来、農業の持続的発展と農村振興の実現のため土地改良事業の調整を図り、平成27年5月からは同理事長として常に組合員や地域住民の声を聴き、土地改良区の健全な運営と事業推進に努められ

ました。また昭和62年からは袖浦穀類乾燥調製貯蔵施設利用組合組合長、平成27年からは農事組合法人そでうらファーム代表理事を務められ、長きにわたり地域のまとめ役として地域農業の発展に寄与されました。

【主な経歴】

昭和62年3月／袖浦穀類乾燥調製貯蔵施設利用組合組合長
平成27年5月／袖浦土地改良区理事長



平向 邦夫氏
75歳／引地
〔住民自治〕

平成31年1月に下新田自治会会長に就任して以来、同年4月からは松山地区自治会連合会副会長、令和3年4月からは同会長を歴任し、豊富な知識と強い責任感で地域住民のためにご活躍され、住民自治の振興にご尽力されました。

また平成22年から現在までの長きにわたって民生・児童委員を務められ、令和3年4月からは酒田市社会福祉協議会副会長を務められるなど、地域福祉の向上にも力を注がれました。

【主な経歴】

平成31年4月／松山地区自治会連合会副会長
令和3年4月／松山地区自治会連合会会長



平向 與志雄氏
75歳／地見興屋
〔住民自治〕

平成25年に下新田自治会会長に就任し、平成27年4月からは南部コミュニティ振興会会長に就任されました。この間、松山地区コミュニティ振興会連絡協議会会長および副会長を務められ、豊富な知識と強い責任感で地域住民のために活躍し、

住民自治の振興に貢献されました。

令和4年4月からは生涯学習施設「里仁館」理事長として、郷土文化の普及や人材育成のため活躍されています。

【主な経歴】

平成27年4月／松山地区コミュニティ振興会連絡協議会副会長
令和3年4月／松山地区コミュニティ振興会連絡協議会会長



令和7年度の各表彰が決まりました

市 民 表 彰



金内 直氏

65歳／砂越
[消防防災]

平成3年4月に平田町消防団員を拝命して以来、33年の長きにわたり、市民生活の安心・安全に貢献されました。

令和2年4月には酒田市消防団副団長に就任し、常に団長を補佐し、団員の指導育成や消防施設の整備など

にご尽力されました。分団体制の再編成によって中山間部での人員体制の不均衡を是正し、防災体制の維持に努められた他、地域の全戸に住宅用火災警報器と消火器の設置を呼びかけるなど、予防体制の確立にもご尽力されました。

【主な経歴】

令和2年4月／酒田市消防団副団長、
酒田市消防団 平田支団長



後藤 義光氏

67歳／上餅山
[消防防災]

平成2年4月に松山町消防団員を拝命して以来、34年の長きにわたり、市民生活の安心・安全に貢献されました。

令和2年4月には酒田市消防団副団長に就任し、常に団長を補佐し「地域から信頼される消防団」を目標に

掲げて訓練に専念し、特に防火戦術や訓練礼式に精通され率先実行するとともに、団員の指導育成や消防施設の整備などにご尽力されました。地域住民の防災意識の高揚にも尽くし、消防団運営に大きな力を発揮してられました。

【主な経歴】

令和2年4月／酒田市消防団副団長、
酒田市消防団 松山支団長

農 業 賞



澁谷 克正氏

75歳／広野
[農業振興]

平成24年度から令和5年度に実施された「県営広野地区農業水利施設等保全高度化事業」において、土地改良区理事などの役員として、広大な事業地区における将来的な施設の維持管理および営農コストの軽減を目指し、事業着手以前より

地元の合意形成作業を先導されました。また事業着手後は関係機関や地元関係者との連携を図り、平成16年からは広野地区県営事業推進委員会会長として、事業の早期完成にご尽力されました。

【主な経歴】

平成12年5月／旧中川土地改良区理事
平成17年2月／庄内赤川土地改良区理事
令和3年4月／庄内赤川土地改良区筆頭理事



池田 憲一氏

77歳／千代田
[農業振興]

庄内みどり農業協同組合の理事や農業委員などを歴任し、長年にわたり地域の農業者の中核的存在として、地域農業の振興にご尽力されました。

また地域の農地保全を協議する農業振興協議会の鳥海地区会長、鳥海地区無人ヘリ防除協議会会長、多面的機能支払交付金の活動組織である鳥海地区マイ夢の里保全会会長など地域の要職を務め、さまざまな面で地域農業の基盤を支えるとともに地域を先導してられました。

【主な経歴】

平成19年6月／庄内みどり農業協同組合理事
平成19年6月／鳥海地区農業振興協議会会長
令和2年12月／酒田市農業委員

庄内文化賞



植松 芳平氏

88歳／鶴岡市新形町
[学術(人文科学)]

生涯学習施設「里仁館」の創設に携わり、歴史と文化に根差した講座を通じて、地域の文化的基盤の形成と交流促進にご尽力されました。鶴岡市文化財保護審議会委員・会長としては、名勝金峯山の保存活用計画の策定をはじめ、文化財の保護や郷土文化の継承に足跡を残されました。さらに、鶴岡市自然学習交流館「ほとりあ」館長として自然学習を推進し、庄内全域の学びと文化の振興に力を注がれました。

【主な経歴】

平成14年4月／生涯学習施設「里仁館」館長

平成24年5月／鶴岡市自然学習交流館「ほとりあ」館長

平成27年7月／鶴岡市文化財保護審議会会長

酒田市新田産業奨励賞



(株)モトタテ
代表取締役

富樫 憲人氏

昭和23年創業の同社は、木造の社寺建築を中心に事業展開し、県内のみならず、全国の名だたる社寺仏閣の建築工事を手掛けてきました。法人設立当時から、一人親方が多い宮大工を社員として多数雇用しており、組織として積極的に若手技

術者の育成と伝統技能の継承に取り組んでいます。

近年では新型の加工機械を導入し加工精度の向上と省力化による生産性向上にも取り組んでいます。業界として職人不足の状況の中、機械化による生産性の向上を図りながらも、宮大工の技能を途絶えさせないよう、組織的に若手の育成に努める同社の取り組みは、本市の産業振興に貢献するものです。



▲3Dモデリングを行い、CNC5軸機で加工した虹梁(部材)



▲正法寺 阿弥陀堂と三重塔(福岡県)



(株)農園貞太郎
代表取締役

遠藤 久道氏

同社は、平成29年に法人化した農業関連の事業者で「新たな農業革命で人々を幸せに一農業の力で全方位幸せを実現する一」を経営ビジョンに掲げ、経営の多角化に取り組んでいます。農産物の生産・加工・販売を主業としながら、新たな

加工食品などの開発にも積極的に取り組み、原材料生産から製造・販売まで一気通貫の食産業を実践する他、自社認証ブランドの立ち上げによる農産物の高付加価値化にも貢献しています。新たな加工食品などの開発や新規事業の立ち上げ、ブランディングによる農産物の付加価値を高める取り組みは、販路拡大のみならず本市の知名度向上や魅力発信にも寄与し、本市の産業振興に貢献するものです。



▲Co₂削減米、ライスチーズ、ライスバーガーなど



第8回

市長コラム

豊かに安心して

暮らせるまちを創る



酒田の3選手がデフリンピックに出場

旧酒田市・八幡町・松山町・平

田町の合併により新酒田市が誕生して、今月で20年になります。現在市長を務める身として、さまざま課題があった中でも住民のために合併を決断した当時の首長の皆様に、あらためて敬服しています。また首長の決断を支えた会議

議員の皆様、そして、日々の業務に加え合併に向けた膨大な事務作業を担った旧市町の職員の皆様にも、心から敬意を表します。「井戸を掘った人を忘れない」という中国のことわざがありますが、新酒田市をここまで導いてくださった先人の想いを忘れずに、これか



Sakata City 20th Anniversary

らの市政を進めてまいります。話は変わりますが、今月15日から26日まで東京2025デフリンピックが開催されます。山形県からは4選手が出場し、そのうち齋藤京香選手（水泳）、齋藤丞選手（陸上）、齋藤心温選手（サッカー）の3選手が本市出身です。デフリンピックは、耳が聞こえない・聞こえにくい人のための世界規模の総合スポーツ競技大会で、100周年を迎える今大会は日本で初めての開催となります。齋藤京香選手は3大会連続の出場で、前大会では金メダルを獲得し、酒田市民栄誉賞・酒田ふるさと栄誉賞を受賞した本市の若き「レジェンド」です。京香選手と丞選手は姉弟、心温選手は従兄弟であり、本市から3選手もデフリンピックに出場するのは誇らしいことです。市役所1階には3選手の応援パネルが設置され、市民有志による「応援する会」も立ち上がりましたので、ぜひみなで応援しましょう！

防災コラム 第4回

ペット避難 大切な家族と一緒に避難するために

固危機管理課危機管理係 ☎26-5701

災害時であっても、ペットは大切な家族の一員です。しかし、いざ避難するとなったとき、避難所に連れていけるのか不安に思う方も多いでしょう。事前に備えておくことで、ペットと一緒に安全に避難することができます。

まず避難先を確認しましょう。本市では、ペットの同行避難が可能な避難所を設けていますが、全ての避難所で受け入れられるわけではありません。事前に地域の避難所情報を確認し、ペットと避難できる避難所を把握しておきましょう。また親戚や友人の家など、複数の避難先を想定しておくことも大切です。

次にペット用の「非常持ち出し袋」を準備しましょう。避難所にペット用の備蓄品はありません。フードと水、食器、リードやハーネス、ケージ（キャリーケース）、トイレ用品（ペットシートや猫砂）、ごみ袋、健康管理に必要な薬やワクチン接種の証明書などを用意しておくことで、ペットのストレス軽減のために、お気に

入りの毛布やおもちゃを持っていくのも有効です。また日頃から基本的なしつけをし、ケージやキャリーケースに慣れさせておくことも、いざというときのために役立ちます。

避難したら、その避難所のペット避難のルールに従って過ごしましょう。ペットの飼育全般（餌やり、散歩、トイレ、清掃など）は、全て飼い主の責任で行います。どんな場合も放し飼いはいけません。詳しくは市ホームページを参照してください。

災害は突然やってきます。「うちはペットがいるから…」と避難をためらわず、ペットも大切な家族の一員として、安全に避難できるように日頃から準備を整えておきましょう。



▲市ホームページ「ペットとの同行避難について」



▲ケージに慣れておくのも大事

灯油などの購入費用の一部を助成します

☎地域福祉課福祉総合相談係 ☎26-5731

物価高騰の影響を受ける低所得世帯の経済的負担を軽減するため、灯油などの購入費用を助成します。対象と思われる世帯には、「支給のお知らせ」もしくは「申請書」を11月12日(水)ごろ送付します。

助成額／1世帯当たり5,000円

対象／10月1日現在で次の①～③のすべてに該当する世帯

- ①令和7年度市民税が非課税の世帯
- ②本市に居住している世帯（生活保護世帯および老人ホームなど入所世帯を除く。東日本大震災の避難世帯、外国人永住者なども支給対象となります）
- ③次のいずれかに該当する世帯
 - ・高齢者世帯（65歳以上の方のみで構成される世帯）
 - ・障がい者世帯（身体障害者手帳1級・2級、療育手帳A、精神障害者保健福祉手帳1級所持者がいる世帯）
 - ・ひとり親世帯（平成19年4月2日以後に生まれた子と父または母のいずれかで構成される世帯など）
 - ・重度の要介護世帯（要介護度が4または5の方を構成員とする世帯）

●申請方法

【「支給のお知らせ」が届いた世帯】手続きは不要です。口座変更や受給辞退などの申し出がなければ、昨年度の「灯油等購入費助成金」に使用した口座に助成金を振り込みます。

【「申請書」が届いた世帯】申請が必要です。申請期限までに申請書を返送してください。

【その他の世帯】上記の要件に該当する場合は支給を受けることができます。11月下旬になっても通知が届かない場合は、同係へ問い合わせてください。

申請期限／令和8年2月13日(金)

◆期限内に申請しなかった場合は、助成金を受給できません。

令和7年度明るい選挙啓発ポスターの入選作品が決まりました

☎選挙管理委員会事務局 ☎26-5765

小学校44点、中学校21点の応募作品のうち18点の入選作品が決まりました（順不同）。入選作品および高等学校21点の応募作品は、県の第二次審査に出品しました。

【小学校の部】12点

若浜小学校 6年	木村 心奏さん	亀ヶ崎小学校 6年	後藤 杏奈さん
亀ヶ崎小学校 6年	林 璃佳さん	亀ヶ崎小学校 6年	成澤 咲依さん
亀ヶ崎小学校 6年	大類 千尋さん	亀ヶ崎小学校 6年	堀川 紗良さん
亀ヶ崎小学校 6年	渋谷 夢乃さん	亀ヶ崎小学校 6年	栗林 羽菜さん
亀ヶ崎小学校 6年	塩見 凜さん	松原小学校 5年	三浦 壮太さん
亀ヶ崎小学校 6年	今井 麗愛さん	西荒瀬小学校 5年	綱淵 瑛太さん

【中学校の部】6点

第三中学校 3年	佐藤 真由さん	鳥海八幡中学校 2年	赤塚 美桜さん
第六中学校 1年	大井 幸々愛さん	鳥海八幡中学校 2年	佐藤 紅羽さん
第六中学校 3年	佐藤 美結さん	鳥海八幡中学校 3年	堀 菜摘さん



▲亀ヶ崎小学校6年 堀川紗良さん



▲第三中学校3年 佐藤真由さん

市の第1次審査で入選となった作品2点を紹介します。

◆その他の入選作品は市ホームページで確認できます。



オレンジリボン・児童虐待防止推進キャンペーン

閩こども未来課こども家庭係 ☎24-0981

子どもの権利条約 4つの原則

- ・差別の禁止
- ・生命、生存及び発達に対する権利
- ・子どもの最善の利益
- ・子どもの意見の尊重

児童虐待とは

親や親に代わる保護者などが子どもの身体や心を傷つけることをいいます。

●虐待の種類

【**身体的虐待**】殴る、蹴る、火傷を負わせる、溺れさせる、戸外に閉め出すなど

【**ネグレクト**】食事を与えない、衣服を着替えさせない、自動車の中に放置する、重い病気になっても病院に連れて行かないなど

【**心理的虐待**】言葉による脅し、無視、兄弟間での差別的扱い、子どもの目の前で家族に対して暴力をふるうなど

【**性的虐待**】子どもへの性的行為、性的行為を見せる、ポルノグラフィの被写体にするなど

●しつけと虐待

保護者はしつけのつもりでも、子どもにとって有害であれば、それは虐待です。

●里親の募集について

さまざまな事情で親と生活できない子どもたちを家庭に迎え入れ、健やかに育てくれる里親を募集しています。詳しくは、児童相談所またはこども未来課へ問い合わせてください。

●困ったときは、まず相談を

連絡先	場所	電話／受付時間
こども家庭センター ぎゅっと	市役所1階 14番窓口 (こども未来課内)	☎24-0981 月曜～金曜日午前8時30分～午後5時15分
庄内児童相談所	鶴岡市道形町 49番6号	全国共通ダイヤル 189 (24時間365日)

●「ヤングケアラー」

本来大人が担うと想定される家事や家族の世話を日常的に行っている子どものことです。重い負担や責任により子どもらしい生活が送れないことが問題となっています。

【ヤングケアラーの相談窓口】

- ・こども未来課こども家庭係 ☎24-0981
- ・児童相談所相談専用ダイヤル ☎0120-189-783
- ・24時間子供SOSダイヤル(文部科学省)
☎0120-0-78310

●日和山公園六角灯台ライトアップ

児童虐待防止のシンボルカラーの「オレンジ」と女性に対する暴力根絶のシンボルカラーの「パープル」にライトアップします。

期間／11月1日(土)～30日(日)▶時間／日没～午後9時

●オレンジリボン&パープルリボン運動

オレンジリボンとパープルリボンを組み合わせたツリーをこども未来課前に展示します。

期間／11月4日(火)～28日(金)

秋のこどもまんなか月間

閩酒田市青少年を伸ばそう市民会議事務局(社会教育課社会教育係内) ☎24-2993

本市では、市内の40団体が加入する「酒田市青少年を伸ばそう市民会議」を中心に、未来を担う青少年の健全育成と環境の浄化活動に積極的に取り組んでいます。子どもたちが心身ともに健康で、心豊かに生活できるよう、地域全体で温かく見守りましょう。

●活動の4本柱

【**大人が変われば子どもも変わる**】・子どもを地域で見守ろう ・大人が子どもの手本となろう ・子どもの安全を地域で見守ろう

【**毎月第3日曜日は「家庭の日」**】家族そろっての食事や団らんなど、親子がふれあう機会をつくろう

【**地域でのおじさんおばさん運動**】・「地域の子どもは地域で守り育てる」を合言葉に、大人が子どもを見守り、大切に守り育てていこう ・大人から積極的に子どもたちとあいさつを交わそう

【**いじめと非行をなくそう**】学校、地域、家庭が連携し、いじめや非行を許さない社会をつくろう

高齢者・障がい者への虐待を防ぎましょう

☎高齢者支援課地域包括支援係 ☎26-5755、地域福祉課障がい福祉係 ☎26-5733

問題を抱えた世帯は地域から孤立してしまいがちな傾向がありますが、市民からの通報で早期の対応につながった事例もあります。重大な状況に陥る前の早期発見・対応が重要です。

●高齢者への虐待

相談窓口／高齢者支援課 ☎26-5755、または下記地域包括支援センター

◆虐待に気が付いたら速やかに通報してください。通報者の情報や、相談の経緯は保護されます。また証拠などがなくても通報できます。

酒田市地域包括支援センター(担当小学校区)	電話番号
なかまち(琢成、松陵)	23-5591
にいだ(浜田、若浜、飛島)	22-2640
ひがし(平田)	94-2470
はくちょう(亀ヶ崎、松原)	21-0818
あけぼの(富士見、泉)	26-7789
かわみなみ(浜中、黒森、十坂、宮野浦、新堀、広野)	92-3451
ほくぶ(鳥海、西荒瀬)	28-2002
やわた(一條、八幡)	64-3777
まつやま(松山)	61-4033
ひらた(南平田)	52-3895

●虐待のケースによる関係機関の対応

【家族などの養護者による虐待】事実確認(立ち入り調査など)、高齢者の安全確保、養護者の支援

【施設職員による虐待】事実確認(訪問調査)、施設への改善指導など

◆地域包括支援センターでは高齢者の虐待、権利擁護の相談の他、介護予防や認知症など、さまざまな相談に専門の職員が対応しています。

●障がい者への虐待

相談窓口／地域福祉課障がい福祉係 ☎26-5733、☎23-2258

●虐待対応の流れ

【家族などの養護者による虐待】事実確認(立ち入り調査など)、一時保護などの措置

【施設職員・使用者による虐待】指導、勧告などの措置、措置の公表

11月12日～25日は女性に対する暴力をなくす運動期間

☎男女共同参画推進センター・ウィズ ☎26-5616

配偶者や恋人からの暴力(DV)、性犯罪、セクシュアル・ハラスメント、ストーカー行為など、女性に対する暴力は人権を侵害する重大な問題です。近年はSNSを通じた被害や、若い世代のデートDVも深刻化しています。暴力のない社会をつくるためには、一人一人が暴力を許さない意識を持ち、行動することが大切です。本市では、相談窓口の周知や啓発を行い、安心して暮らせるまちづくりを進めています。

●被害にあったときは一人で悩まず、まずは相談してください

相談窓口	電話／受付時間
性犯罪・性暴力被害者のためのワンストップ支援センター	☎#8891(はやくワンストップ)通話料無料 最寄りのワンストップ支援センターにつながります(相談は、各機関の相談受付時間内に限ります)
DV相談ナビ	☎#8008(はれば)最寄りの配偶者暴力相談支援センターにつながります(相談は、各機関の相談受付時間内に限ります)
内閣府DV相談プラス	☎0120-279-889 24時間対応の電話相談の他、メールやチャットによる相談も可能です
男女共同参画推進センター・ウィズ	☎26-5616 月曜～金曜日、午前9時～午後4時 女性のための相談窓口です

◆詳しくは市ホームページを参照してください。



●児童虐待防止・女性に対する暴力をなくす運動啓発展示

期間／11月10日(月)～28日(金)▶場所／市役所1階フリースペース



11月8日は「いい歯の日」、 いい歯でいい笑顔!

固健康課成人保健係 ☎24-5733

●歯と口の健康から広がる全身の健康

皆さんは、毎年11月8日が「いい歯の日」であることをご存じでしょうか。日本歯科医師会が1993（平成5）年に制定したこの記念日は「11（いい）」「8（は）」の語呂合わせから生まれました。歯と口の健康を守ることの大切さを広く知っていただくために設けられ、今では歯科医院や学校などでさまざまな活動が行われています。

歯の役割と聞くと「食べ物をかむこと」が真っ先に思い浮かびますが、発音を助けたり、顔の表情を形づくったり、かむ刺激によって脳を活性化させたりと、私たちの生活に欠かせない働きをしています。一本一本の歯がそろっていることは、見た目の美しさや若々しさを保つためにも重要です。

さらに近年の研究では、歯や口腔内の健康と全身疾患との関連が明らかになってきました。代表的なものが「歯周病」です。歯茎の炎症を放置すると歯を支える骨が溶け、最終的に歯を失うこともあります。歯周病菌や炎症物質が血流に乗って全身を巡ると、糖尿病の悪化、心筋梗塞や脳梗塞のリスク増加、さらには認知症との関わりも指摘されています。「口の中の病気だから大したことはない」と軽く考えるのはとても危険です。

どうすれば「いい歯」を保つことができるのでしょうか。基本は毎日の丁寧なセルフケアです。歯ブラシで歯と歯茎の境目を意識して磨き、さらにデンタルフロスや歯間ブラシを使うことで、歯ブラシでは届かない汚れを落とすことができます。また食生活も大切で、砂糖を控えめにし、よくかんで唾液を出す習慣を心掛けることが予防につながります。

ただしセルフケアだけでは限界があります。むし歯や歯周病は初期段階では痛みが出にくく、気付いたときには進行しているケースもあるので定期検診が欠かせません。かかりつけ歯科医によるクリーニングやチェックを受けることで、早期発見・早期治療が可能になり、歯を長持ちさせることができます。

「いい歯の日」は、自分だけでなく家族の口の健康を見直す良い機会でもあります。子どもはむし歯予防と正しい歯磨き習慣の定着が大切です。大人は歯周病のケアやホワイトニングなど審美的なケアにも関心が高まります。そしてシニア世代では、入れ歯やインプラントのチェック、かむ力を維持することが重要です。世代ごとに課題は違いますが、共通するのは「放置せず、早めに行動すること」。家族全員で口腔ケアについて話し合ってみましょう。

酒田地区歯科医師会市民公開講演会 ご存じですか？ 歯周病と糖尿病の関係 —健康は健口から—

日時／12月6日(土)午後2時～3時▶
場所／庄内JAビル（山居町二丁目）
▶対象／どなたでも▶講師／宮城県
糖尿病療養指導士 中澤正絵氏▶費
用／無料▶申し込み／11月25日(火)
まで下記二次元コードから
酒田地区歯科医師会 ☎22-0894

申し込みフォーム▶



歯周疾患検診を受けましょう

対象／本年度内に20歳、30歳、40歳、50歳、60歳、70歳になる方▶内容／歯と歯肉の検診、ブラッシング方法と歯周疾患予防の指導▶期間／12月末まで▶費用／1,000円
◆対象者には「酒田市歯周疾患検診助成券」を送付しています。

訪問口腔指導を受けてみませんか

歯やお口のことやケアの方法について相談したいけれど、歯科医療機関の受診が難しい場合、歯科衛生士が自宅などを訪問して相談することができます。

費用／無料（治療ではありません）▶申し込み／健康課成人保健係へ ☎24-5733