

# 人生100年時代は 歯医者さんへの定期通院から

～ お口のケアで糖尿病と認知症を予防できるってホント？  
お口がきれいになれば糖尿病と認知症は退散！ ～

講師

糖尿病専門医 <sup>わたる</sup>西田 亙 先生

にしだわたる糖尿病内科院長・医学博士・日本糖尿病学会専門医



私は内科医ですが、子ども時代から歯医者さんが大の苦手でした。ところが、今から10年前、生まれて初めて歯医者さんに定期通院するようになると…あら不思議、体は痩せ始め、血圧と血糖値がスルスルと下がったのです！この時初めて、私は自分の体の変化を通して、お口が健やかなこと、すなわち「健口」が、全身の健康につながっていることを理解しました。

お口の中をきれいに整えれば、皆さんの体から、糖尿病はもちろん、アルツハイマー病さえ遠のいていくのです。なぜ、そんなことが起きるのでしょうか？

糖尿病専門医の立場から、「健口から健幸」への道のりを、小学生でもわかるように、わかりやすくお伝えします。

日時

令和2年(2020年)

1月18日【土】

14:15～16:30 (開場 14:00)

会場

産業文化会館 文化ホール

定員

400人 (先着順)

入場無料・申込不要

\*講演会前(13:30～)に、「よい歯の幼稚園・保育園・学校表彰式」を行います。

主催：柏崎市歯科医師会・柏崎市・柏崎市教育委員会

後援：柏崎市刈羽郡医師会