

# 令和6年度 「8020達成者」表彰 受賞記念コメント集



令和6年度「8020（はちまるにいまる）達成者」表彰では、49名の方々が受賞されました。

受賞の皆さまからお寄せいただいた、メッセージをご紹介します。

また、中央区・京橋歯科医師会・お江戸日本橋歯科医師会からのご挨拶と祝福メッセージをお送りいたします。



## ごあいさつ

80歳で20本以上の歯を保っておられる「8020達成者」表彰を受けられた皆さま、おめでとうございます。心からお祝い申し上げますとともに、日頃からの歯のケアにご努力されてきたことに敬意を表します。

さて、中央区の歯科保健の状況でございますが、8020達成者の割合は71.6%（令和5年度調査）となっており、全国平均推計51.6%（令和4年度調査）と比べ良好な状況です。近年、全身の健康状態と“口腔の健康”はとても密接に関係していることがさまざまな研究から明らかになり、歯科保健の重要性が注目されています。

中央区では、「生涯を通じた歯と口の健康づくり」を掲げ、区民の方々の各ライフステージに沿った歯科保健事業に取り組んでいます。また、「歯科口腔保健の増進に関する法律」に基づき、国民が健やかで心豊かに生活できるよう、歯と口腔の健康を保持するための施策をより一層推進してまいります。

本紙には、「8020達成者」表彰を受賞された方々から健康づくりの体験談や決意など多くのメッセージが寄せられています。区民の方々への貴重な教訓となることでしょう。

結びに、本事業にご協力いただきました皆さまおよび関係各位にあらためて感謝申し上げます。

中央区保健所長

## 京橋歯科医師会からのメッセージ

(<http://www.migakun.com/>)

「8020達成者」の皆様、おめでとうございます。今回の受賞は、日頃から皆様の「お口の健康」に対するご努力の賜物だと思います。これからも「お口の健康」づくりに取り組んでいただければと思います。

さて、私たちが普段なにげなく使っているお口の役割のひとつに「食べる」という機能があります。食べ物をよく噛んで食べるということは、栄養だけでなく、五感を通じた味わいや満足感、幸福感など心の栄養まで得ることができます。健全な食生活を維持する上での最初の器官である「お口の健康」が重要であることは言うまでもなく「健康長寿はお口の健康から」と言われる由縁でもあります。

また、お口を健康に保つことによって、加齢とともに起こる様々な変化を遅らせることができる事をご存知でしょうか。そのためにはよく噛んで食べるのが何よりも大切です。

いつまでも元気で長生きしたい！そんな皆様の願いを叶えるべく京橋歯科医師会は「健康はお口から」という意識のもと、皆様のお口の健康を守るお手伝いをさせていただきたいと考えております。何でもお気軽にご相談下さい。

## お江戸日本橋歯科医師会からのメッセージ

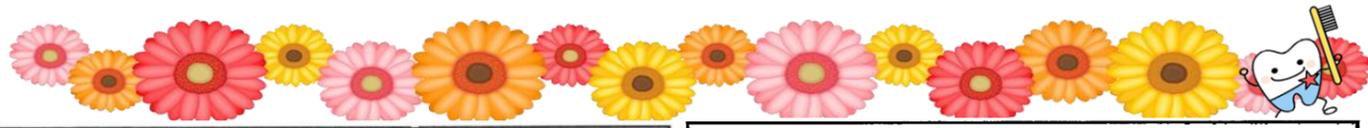
(<https://www.418.co.jp/nihonbashi/>)

「8020達成者」表彰を受けられた皆さま、今回の受賞おめでとうございます。皆様の受賞は、日頃よりお口のケアに十分注意をされた結果だと思います。これからもなお一層、お口の健康に関心を持っていただくようお願い申し上げます。

人間にとって理想のむし歯ゼロは0歳からのマウスケアが大切です。また歯周病は歯そのものではなく歯を支える組織の病気で、ある程度進行しないと痛みも出ません。進行してからでは、細菌が体の中にまで入り込み、肺炎や糖尿病など全身の病気との繋がりも深いと言われています。そのためにも予防と早期発見、早期治療が重要です。

これからもお口の健康を維持してまいります。

お江戸日本橋歯科医師会では、いつまでも皆様の歯の健康を保つことのお手伝いをしたいと考えておりますので、ぜひ、お気軽にご相談いただければと思います。



お名前 (伊藤 洋子)

この度は、嬉しくなりました。月一、先生に歯を診て頂き、健康でいられ、週一のテニス、ヨガ、毎日のプールを続けていられるのは幸せと思っております。

お名前 (8020達成賞)

「8020達成賞」を頂きましてありがとうございます。これからも歯を維持して、しっかり食べて、楽しく元気に過ごしていきたいと思います。

お名前 (佐野 さと)

昨年92歳で中央区民となりました。普段、甘いものも好きですが、食後の歯みがき、歯間清掃も欠かさず行っています。今後も自分の歯で食生活を楽しみたいと思っております。このたびはどうかありがとうございます。

お名前 (森 敬子)

昔からみていた統計で歯の数が減っていると思っていたが、まさか自分の歯が「当り」としてのびっくり自分の歯を磨りにいける事が有りかとうございませう。

お名前 (菊池 陽子)

歯を今後もしっかりと大切にしたいと思います。ありがとうございます。

お名前 (犬伏 貞夫)

子供の頃から歯が弱かったのですが、田島先生に定期検診と抜かす治療をしていただいているおかげで、自分の歯が美味しく食事ができる喜びを日々感じております。感謝です。

お名前 (水川 善博)

中央区「8020達成者」表彰を受賞、またこのたびは「8020達成賞」をいただき、歯の健康のみならず、マンションの一階にある歯科で、このたびに見えもらったこと、これが、賞に値するものと思っております。感謝申し上げます。

お名前 (原田 修)

虫歯の数を誇った子供時代、思っかけなソこのたびは「8020」表彰にびっくりしております。長年、妻共々歯の診療を執願している新田先生に、厚く御礼申し上げます。

お名前 (佐藤 泰司)

8020達成者表彰ありがとうございます。私は現在84歳です。20代の頃虫歯の治療を数回行ったことがありましたが、歯は一生使うものなので大切にしなければならぬと思ひ、以後歯みがきに舌清掃を加え、時間を分けて10分位に伸ばし、手入れを念入りにする様になりました。30代になったある夏の日子供達を連れてプールに行き勢い良く飛び込みをしたところプールの底に顔をぶつけ、前歯が一本折れました。折れたところはブランチ法で直しました。それ以来現在は残り3本健在です。歯科医師様のアドバイスに感謝申し上げます。

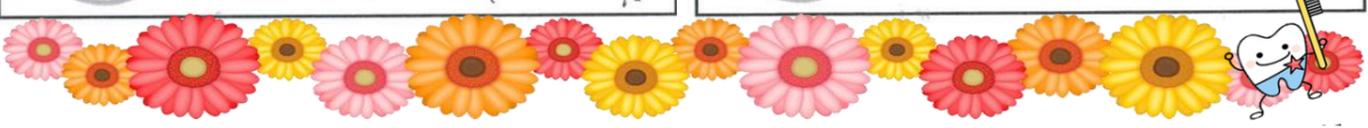
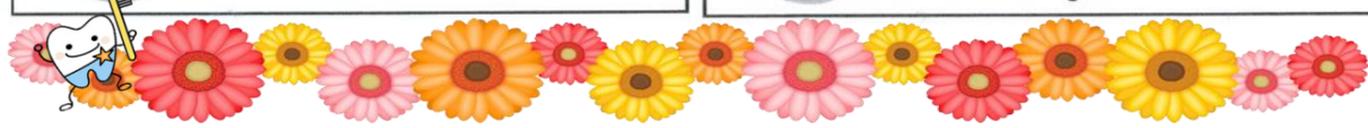
お名前 (西澤 光男)

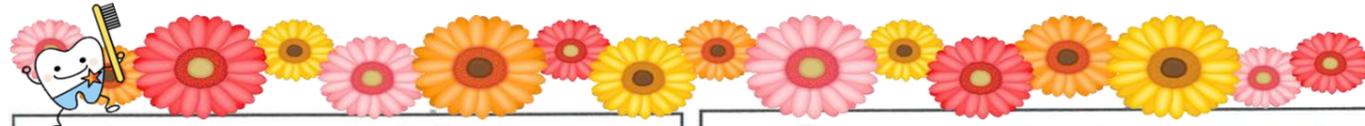
健康は歯からというので、これから正しい歯みがきをして歯を保ち健康寿命を延ばして行きます。

お名前 (赤城 靖子)

この度は、8020達成の表彰式にお招きいただきありがとうございます。この度は、2月に熊本県から新居して当地に参りました。老人に手厚い行政がなされていくことを強く感じて嬉しく思っております。敬老会での活動にも参加させてもらっていて、楽しい日々を過ごしております。

お名前 (主治医の丁寧な治療やアトバイスのお陰です。)





お名前  
 8020で表彰して  
 いたいただいてとても  
 うれしいです  
 千田  
 恵美子  
 80才まで26本自分の歯で  
 食事出来る事が幸せです  
 両親に感謝します  
 ありがとうござります

お名前  
 健康の源、む歯のない老後  
 歯をゴツゴツみがき、自分の歯  
 で、おいしく食べることの幸せ  
 を実感しています。  
 定期的な、歯科健診で  
 お世話になっている先生と  
 家族に感謝します。  
 仲野  
 敏夫

お名前  
 表彰式に出席出来た事  
 嬉しく思います。  
 歯科医の先生ご指導あり  
 私達夫婦が参加出来た事、  
 重ねてダイヤモンド歯でもあり  
 おめでたい事になりました。  
 何もおいしく食べる事の  
 幸せを感じ歯みがき、  
 メンテナンス大事にしたいと  
 思います。

お名前  
 夫(泉信勝)に同等  
 意見です。  
 夫(泉信勝)に同等  
 意見です。

お名前  
 「8020」知ってますか？  
 と、突然に歯科医から  
 聞かれた。なんの事？  
 80才を過ぎて歯が20  
 本以上のこっている方が  
 表彰される。この事  
 私は、何本のこってる？  
 22本あります。  
 両親・歯科医に感謝  
 ありがとうござります  
 筒井  
 喜和子

お名前  
 高卒で就職、勉強も何も取  
 扱もなく入社試験のテストも  
 ない私に面接で、おまへは歯  
 が白いきれいだと採用してく  
 れました嬉しかったです  
 三姉妹で住んでおります計243名  
 ひろ幸の御蔭の人生です、我々  
 維持でもう少し三人でこの  
 お名前  
 辻川  
 芳江

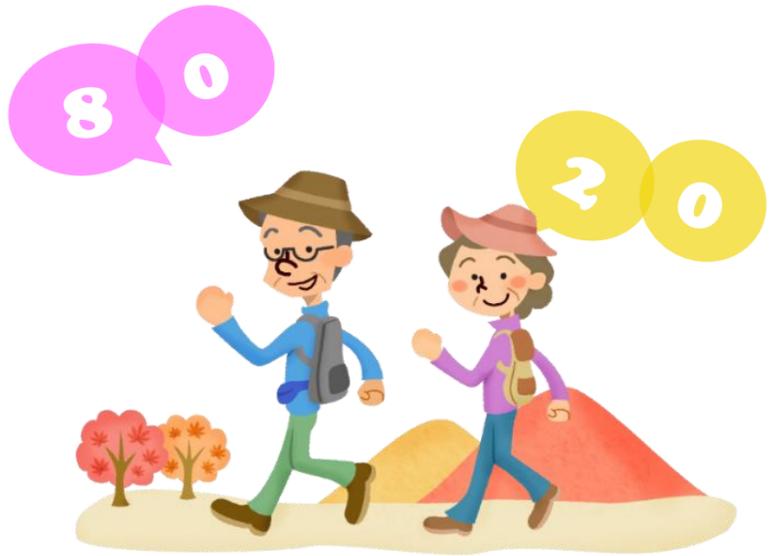


お名前  
 処置歯18本、欠損歯1本  
 で、健全歯が10本しかない  
 のに表彰頂けるのは、有り  
 づかしいです。  
 今後は、歯を失わな  
 い様、又、処置が必要と  
 ならない様、充分、心  
 掛けたいと思ひます。  
 田  
 口  
 歌

お名前  
 「8020」に選ばれて  
 嬉しいです、特別なおほ  
 りです。食事の後は  
 勿論歯みがきします。  
 それ少しづつ歯が痛む時は  
 「ねえ先生にやぶらぎ  
 頂きます。三ヶ月の検診も  
 しています。

~受賞者49名~  
**アンケート結果**

- 受賞者**
- 1人あたり平均歯数 **26.1本**
  - 平均年齢 **81.9歳**
  - 最高年齢 **93歳 (24本)**
  - 最大本数 **31本 (84歳)**



【発行元】令和6年10月27日  
 中央区保健所 健康推進課 歯科担当  
 東京都中央区明石町12-1  
 TEL 03-3541-5930

