



有馬万紀子さん

佐藤公彦さん

ありま まきこ
有馬 万紀子さん

静岡市出身 静岡雙葉学園卒業。大学院で人間科学を研究する。行政勤務を経て、楽寿会に入職し現在、特別養護老人ホーム楽寿の園副園長で理事長補佐を務める。社会福祉士・公認心理師・精神保健福祉士・介護支援専門員の資格を持つ。地域の介護予防にも取り組み、社会の様々な分野とのパートナーシップにより、目標を達成する社会福祉を目指している。趣味は茶道。

さとう きみひこ
佐藤 公彦さん

1979年静岡市出身。静岡聖光学院卒業。製菓メーカー勤務を経て、2017年より株式会社佐藤園代表取締役社長。生薬学者、歯科医師、薬学博士の肩書も持ち、お茶の成分を活かした特定保健食品、機能性表示食品、オーラルケア・美容商品を開発、自社通販にて販売している。また、ニューヨークのカフェ文化に影響を受け、抹茶を若者向けにプロデュースしたMATCHA PLACEを展開。趣味はスニーカー収集。

Special対談

健康・長寿のまちを目指す 楽寿会の 「お茶」と「口腔ケア」とは？

有馬 楽寿会では、社会福祉が様々な分野に機能し、地域の人たちとも連携しながら、健康・長寿のまちをつくっていくことを目標としています。そのためにも必要な要素として、福祉の充実、運動できる環境と並んで豊かな食、その中でも特にお茶を重要視しています。静岡の、地元の宝と言えるお茶を味わいながら、将来の長寿社会を考えていきたいと思っています。佐藤園さんのお茶カシを開発したというお話を耳にしたんですよ。

佐藤 ありがとうございます。まさか、お茶の魅力を感じて普段からお茶カフェを利用していただいている方に、しかも福祉・介護に取り組まれているお立場の方に聞いていただけたのは運命的でした。

有馬 私は、まさにこれだ！と思いました。それにしてもなぜこのような商品を作ろうと思ったのですか？

佐藤 佐藤園は、祖父の代からお茶を作っていて、トップセーブルス商品「安倍の金峰（きんぼう）」も、その代ですでに生まれてきたものです。私はずっと、歯科や薬学を勉強、研究してきたこともあり、その味に関しても口出しできることがありませんでした。家業に戻ってきて、自分の存在意義を出すためにはキャリアを活かした商品を何か一つ作るしかないと思っただけです。そして佐藤園のお客さんの多くは60代以上、90代までの方がいらっしゃいます。楽寿会さんが対象にされている方々と近いんです。そういった当社を利用し、支えてくださっている方々が100歳になっても元気でいていただきたい、そのためには何ができるだ

い、そのためには何ができるだ

フェもよく利用させてもらっていますよ。

佐藤 それは嬉しいです。ありがとうございます。

有馬 健康・長寿のまちづくりには健康寿命を延ばすこと、そのために福祉の分野では「介護予防」の視座と実践が欠かせません。そして介護予防の視座において大事な要素の1つに、口腔衛生が挙げられます。最近では高齢者の誤嚥性肺炎が増え、亡くなる方もいるため、介護・福祉分野での問題意識、口腔ケアへの意識は高まっていますよね。楽寿会でも、すでに8年ほど前から歯科衛生士を常勤で雇用し、施設内での口腔衛生対策に力を入れていきます。先日の運営推進会議でもテーマとして取り上げました。その際、施設運営の透明性を高めるために地域を代表してご参加いただいている美和学区自治会連合会の会長から、「口腔衛生や介護予防はすごく大切なことだから、ぜひ地域にも広めてください」という言葉をいただき、「やはり、これは求められていることなのだ」と実感したところです。

そんな時、偶然にも佐藤社長がラジオに出演され、お茶の成分を使った歯磨き粉や、歯ブラ

ろうと考え始めました。お茶屋なので良いお茶を届けることは当然なのですが、自然の恵みであるお茶に人が手を加えることでさらに何か与えられないか。そう考えていつかスタートしたのが「100年プロジェクト」であり、第2弾として作ったのが「100年歯みがき」と「100年歯ブラシ」です。

有馬 まさに健康寿命を意識したアイテムですね。

佐藤 はい。豊かで健康的な生活を送るためには歯、口腔をケアすることは本当に重要だと考えています。虫歯によって歯を失い、噛む力が弱まることで好きな物が食べられなくなり、また、柔らかい物ばかり食べていると、顎を動かして噛むことで与えられる脳への刺激が少なくなり、認知症になりやすくなるとも言われています。さ





歯科衛生士が在籍。
歯科医師や介護職員とも連携し、
日々口腔ケアに取り組んでいます。

楽寿会では歯科衛生士が常勤し、デイサービスで日々の食後の歯磨きを指導したり、サービスの個別計画に基づきマンツーマンで口の機能向上のためのトレーニングを行ったりしています。特別養護老人ホームやグループホームでは、介護職員の各フロア長と「口腔衛生推進委員会」を組織し、月に1度会議を実施。口腔衛生に関する情報や、介護現場での取り組みに対する成果や課題を共有しながら、歯科医師も交えて意見交換を行ない、意識向上に努めています。歯科衛生士に伺うと、「自分に合った入れ歯をつける、虫歯があれば治療することが基本的な考え方ですが、利用者の皆さんはそれぞれ事情や状況が異なります。そこで、舌のケアや筋力アップ、歯ブラシの使い分け、紙風船やピロピロ笛を使った呼吸のトレーニングなど様々なアプローチの方法を取り入れ、どなたも十分な口腔ケアができるようにしています」とのこと。高齢者に多い誤嚥性肺炎やオーラルフレイル(口腔機能の軽微な低下や食の偏りなど)の防止につなげ、楽寿会が大切にしている「介護予防」の1つとして実践しています。

健康・長寿のまちづくりの一助になる「お茶」と「口腔ケア」

佐藤社長のお話では、皆さんの健康を考えた商品を通してお茶の消費拡大、お茶を生産する地元の繁栄も考えていらっしゃるって感銘を受けました。私共の有馬良建理事長は、かねてより静岡のお茶と豊かな食文化、運動、そして福祉の充実を図り、観光を含む産業振興や医療・教育・文化・芸術まであらゆる分野に機能・連携して健康・長寿のまちづくりに楽寿会が寄与することを目標としています。理事長も地元のお茶をこよなく愛し、健康のためにおいしいお茶をよく飲んでます。佐藤社長が人生100年プロジェクトとして開発した静岡のお茶を使った歯磨き粉と歯ブラシは健康寿命を伸長させるアイテムとして成果を上げるもので、楽寿会が描く健康・長寿のまちづくりのパートナーになりますね、とっております。まずは「お茶」と「口腔ケア」で一歩を踏み出したいです。

社会福祉法人 楽寿会(楽寿の園 高齢者総合福祉エリア)

静岡市葵区与左衛門新田74の6 Tel.054-296-1111(代表)
営:8:30~17:30(問合せ時間) 駐:200台 <http://www.rakuju.or.jp>

株式会社 佐藤園

静岡市葵区大原1057 Tel.054-270-1336(代表)
<https://shop.satoen.co.jp>



らに歯周病は、その菌によって動脈硬化や糖尿病、心筋梗塞、脳卒中など様々な病気のリスクを高めることがわかっています。有馬さんがおっしゃっている誤嚥性肺炎は、誤嚥によって飲み込んでしまった細菌によって引き起こされますが、その原因菌として歯周病菌が圧倒的に多いと言われています。口腔衛生を保ち歯周病を予防することが、誤嚥性肺炎の防止につながると言えます。

しながら磨くことができ、磨き残しがなくなります。歯ブラシも、毛が特殊なものが、歯周ポケットへの進入度が違います。磨いた後に、歯医者でクリーニングしてもらった後と同じくらいのスッキリさが感じられます。お世辞ではなく、本当に感動しました。



剤・発泡剤は使っていません。カテキンはお茶の成分ですから、お茶屋の得意とするところですよ。佐藤園には食薬研究所があり、製薬会社にも劣らないような設備を整えています。研究員も常駐し、日々様々な成分などを研究。お茶屋としては特殊なことをやっていると思います。が、そのおかげで、この歯磨き粉も「医薬部外品」として認められました。歯ブラシの方は、太さ・固さが異なる三層の毛がポイント、ヘッドもあえて大きめです。高齢者になればなるほど細かい動作が難しくなりますが、この歯ブラシなら隅々まで一気に磨きやすいはず。昔、製薬会社に勤めていた頃、高齢者のいる施設に通って実際の磨き方をとにかくずっと観察していました。そこで見つけたポイントも反映させています。長年作りたいと思っていたもので、自分は研究者であるので、譲れない部分が多く何度もダメ出しをしました。その結果、着手してから販売するまで約2年かかっていますね(笑)。また、どうしてもお茶の消費は落ちてしまっている、お茶をつくる量を増やしても、なかなか売り上げに結び付くのは難しい状況。だったら、お茶を絡めた付加価値のあるものを作って、足久保や菓科の農家を盛り上げたという気持ちもありました。

有馬 素晴らしいです。地域とつながった、そして高齢者介護・福祉を支えてくださる取り組みであるところに、楽寿会の目指すものとの共通性を感じます。口は体に入るものに入

口ですから、口腔ケアは本当に大事ですよ。楽寿会には口腔衛生推進委員会があり、月に1回会議をやっています。介護の現場で働く職員や看護師、歯科衛生士も参加し、助言をいただいている。歯科医師から方針を打ち出してもらっています。それを歯科衛生士が具体的な取り組みに落とし込み、みんなで共有しながら実施しているのです。食は健康・長寿の大切な要素として挙げましたが、美味しく食事をするためには歯や口が健康でなければなりません。そして美味しいものを食べることができれば、健康につながっていきます。口腔衛生を向上させることは、健康の好循環を作ると言っても過言ではありません。また楽寿会では、今だけでなく未来の社会福祉の充実も見据え、「育てる福祉」も大切にしていきます。その一環として、地元地域の美和、安倍口、足久保小学校へ出張したり、コロナ禍になったからはオンラインを使ったりして、福祉、思いやりの心を育む授業を行なっています。この口腔ケアについても同様です。もちろん高齢者に対する取り組みも重要ですが、将来困らないために予防が大事です。



地域のコミュニティにもなっている佐藤園のお茶カフェ。

で若い職員たちにも口腔衛生の指導を行なっています。佐藤 我々もまさに同じような想いを持っています。子どもたちや若い人たちにも、研磨剤や発泡剤が入っていない、あるいは少ない歯磨き粉を使い、磨き残しを防ぐ正しい歯磨きの知識や習慣を持つてほしいです。そうすれば、生涯を通して健康な口腔環境を保ちやすくなり、健康寿命にもつながるはずですから。我々もそのサポートができるよう、これからも取り組んでいきたいと思っています。有馬 今日のお話だけでも、佐藤園さんとは目指すものに共通する部分がたくさんあると感じました。佐藤社長が歯科医師、薬学博士でいらっしゃる、お力添えをいただいたり、連携したりして、健康・長寿のまちづくりに向かっていければと思います。