



特定非営利活動法人日本咀嚼学会主催・**LOTTE** 特別協賛

第31回咀嚼と健康ファミリーフォーラム

ライフステージごとの 咀嚼と栄養を考える

「食べる」ことは、毎日の楽しみであり、元気の源です。生涯を通して美味しく食事をするために、「咀嚼」はとても大切！本フォーラムでは、「ライフステージごとの咀嚼と栄養」をテーマに、子どもの食事の悩みからシニアの健康まで、専門家の分かりやすい講演をWEBで公開します。ご自身やご家族の健康のために、一緒に学んでみませんか？

先着
1,000名様
参加費無料

WEB公開

2025年11月15日(土)～2026年1月10日(土)

主催者 挨拶

特定非営利活動法人日本咀嚼学会 理事長
松本歯科大学総合歯科医学研究所 顎口腔機能制御学部門 教授
増田 裕次



講演 1

お子さんの食事、大丈夫ですか？－子どもの食の悩みを口腔機能から考える－

千葉歯科医院 院長 **浜野 美幸**

お子さんの食事について「あまり噛まない」「クチャクチャ食べる」「遅い」などの困りごとはありませんか。「よく噛んで食べる」と、安全に楽しく、さらに、口腔機能を発達させて歯列・咬合がよくなります。講演では、健康につながる食事の改善法をお話します。



講演 2

噛める・話せる・笑える毎日へ－歯科×栄養で変わる未来へのアプローチ－

なみき通り歯科・矯正歯科 理事長 **安藤 壮吾**

歯や口の健康や食事と栄養を組み合わせることで、「よく噛める」「しっかり話せる」「健康で豊かな生活を送れる」といった日常の質を高めることはとても大切です。実際に当院で行われた事例を交えながら、健康で笑顔あふれる日常をかなえるための工夫をわかりやすくお伝えします。



講演 3

シニア世代の食事、栄養と調理

兵庫県立大学 環境人間学部 教授 **吉村 美紀**

シニア世代は、同年代であっても生理的特徴の個人差が大きく、咀嚼能力の低下、消化・吸収率の低下、運動量の低下に伴う食事量の低下などが存在します。シニア世代が食べやすく、バランスのとれた食事について、栄養と調理方法を紹介します。



講演 4

咀嚼から脳の健康を

日本大学松戸歯学部 顎口腔機能補綴学講座 准教授 **飯田 崇**

歯科治療を行う意義の一つとして、「噛むことは脳を活性化させる」という点があります。この「噛むこと」が脳にどのような影響を及ぼすのか、中枢への直接的・間接的な影響について解説します。



座談会

ライフステージごとの咀嚼と栄養を考える

司会 新潟大学大学院医歯学総合研究科 口腔生理学分野 教授
山村 健介

広島大学大学院医系科学研究科 先端歯科補綴学 准教授
吉川 峰加

インターネットでお申し込み



左のコードを読み取るか

咀嚼と健康ファミリーフォーラム

検索

を検索してお申し込みください。

Eメールでお申し込み

①お名前 ②年齢 ③電話番号 ④ご職業
⑤「チラシ/ポスターを見た」とご記入の上、
下記アドレスまでお送りください。

soshaku@ellesnet.co.jp

※当事務局は個人情報保護を実践しています。ご記入いただいた
個人情報は、これらの目的以外には使用いたしません。

後援

(公社)日本歯科医師会、(一社)日本歯学会協議会、
(公社)日本栄養士会、(公社)日本歯科衛生士会、
(公社)日本小児歯科学会、(公社)日本補綴歯科学会、
(一社)日本老年歯科医学会、日本チューインガム協会、
(一社)日本食育学会