

## スポーツ教養プログラム【ジュニア・ユース】活動報告

### 1 日時

2021年10月2日（土） 18時25分から20時00分まで

### 2 会場

ウィルあいち 大会議室

### 3 プログラム名

スポーツ医・科学

### 4 講師（敬称略）

愛知県歯科医師会 理事（スポーツ歯科担当） 加藤 正美

### 5 活動内容

「アスリートとお口の健康」というテーマで、講義が進められました。

「歯の役割」「歯の病気」では、むし歯や歯周病にならないために、飲食回数が多くなる食べ方をしないことや「歯磨きのポイント」を分かりやすく説明していただきました。「スポーツ外傷」では、歯が抜け落ちてしまった際、適切に応急処置をすれば、30分以内は歯根膜が生きていて再植できること、「歯科とアスリートの関わり」では、スポーツドリンクを飲んだ後は必ず水を飲むことが大切であることなど参考になる話をたくさんしていただきました。

最後の質疑応答では、アカデミー生だけでなく、保護者の方も積極的に質問され、内容の充実さや、関心の高さが伺えたプログラムとなりました。



ジェスチャーを交えながら説明する  
加藤正美氏



会場の様子



アスリートの写真がたくさん  
用意されたスライド



質問するアカデミー生