

都技生涯研修 応用講習会Ⅲ

〔重要なお知らせ〕

本研修会は東京都保健医療局からの委託事業となっております。
つきましては受講対象者は以下の方に限ります。

- 東京都歯科技工士会会員
- 学生・東京都内在住または在勤の歯科技工士

〔申込開始日〕

- 東京都歯科技工士会会員 : 9月18日(金) AM10時～
- 学生・東京都内在住または在勤の歯科技工士 : 9月21日(月) AM10時～

※受付開始日前のお申し込みは無効といたします。

〔申込方法〕

- ① 参加希望者は申込用二次元コード、もしくは東京都歯科技工士会のホームページからお申し込みください。

ホームページURL: <https://www.to-ginet.com>

- ② 上記オンライン申込をされますと登録したメールアドレスに自動返信されますのでご確認ください。

※定員になり次第締切といたします。

※オンラインによる公開は予定しておりません。

※受講確定後キャンセルする場合、至急ご連絡ください。代理人のご参加はご遠慮ください。



申込用

〔LINE 公式アカウント登録のお願い〕

緊急連絡、変更＆追加報告をスムーズにさせるために都技ではLINE公式アカウントを設けています。LINEを使用されている方は、是非とも登録をお願いいたします。



都技LINE公式
アカウント二次元コード

〔お問い合わせ〕

一般社団法人 東京都歯科技工士会

〒170-0004 東京都豊島区北大塚2-2-10 ヴィッパ大塚香川ビル4F
e-mail: togi-info@to-ginet.com

2026 年度 応用講習会Ⅲ

ワークショップ

幸福は口福から

～Eat Right = 良食 から考える
“生きる力”を支える歯科技工士の役割～

安武 郁子 先生 (食育実践ジャーナリスト)



Tokyo master course Science Lecture

〔開催日時〕
2026年 10月18日 日

受付 12:30

開始 13:00 → 終了 17:00

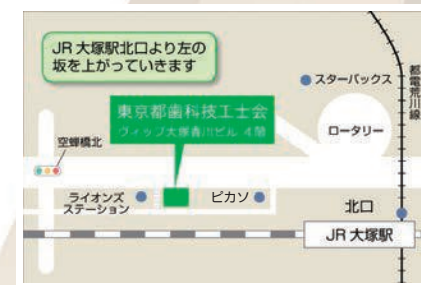


会場受講

定員 30名 参加費 無料

場所 東京都歯科技工士会 研修室
東京都豊島区北大塚2-2-10 ヴィッパ大塚香川ビル4F

持参物 黄色・赤・緑の3色ペン
(ボールペン・色鉛筆・マーカー等でも可)



一般社団法人 東京都歯科技工士会

都技生涯研修

幸福は口福から ～Eat Right＝良食から考える “生きる力”を支える歯科技工士の役割～

人生100年時代と言われる今、「最後まで口から食べること」は健康寿命を支える重要なテーマとなっています。しかし現代は、食べ物が豊富になった一方で、「どう食べるか」を学ぶ機会が減少し、よく噛まない、流し込む、軟らかい物ばかりを選ぶなど、食べ方の変化による口腔機能の低下が社会課題となっています。

そこで重要になるのが、**Eat Right＝良食（良い食べ方）**という考え方です。良食とは、「何を食べるか」だけでなく、「どう食べるか」にも目を向ける考え方であり、生涯にわたって口から食べる力を守るための基本となるものです。

歯科医療では、う蝕や歯周病だけでなく、口腔機能発達不全症や口腔機能低下症への対応が求められるようになり、「噛める」という機能そのものの重要性が改めて注目されています。その土台を支えているのが歯科技工士の皆様です。どれほど栄養価の高い食事であっても、噛めなければ十分に味わうことも、消化吸収することもできません。義歯や補綴装置は、単なる人工物ではなく、「食べる喜び」や「人生の楽しみ」を支える重要な社会資源です。

本研修では、

- そもそも食育とは何か
- 日本に存在する食育格差
- 世界の食育・歯の健康教育の取り組み
- Eat Right＝良食（良い食べ方）の考え方
- 歯科だからこそ食育
- 口腔機能低下を招く生活習慣と食べ方
- 義歯の価値を高める良食
- 患者体験型ワークショップ など

講義に加え、クラッカーやヨーグルトを用いた体験実習、自身の食生活を振り返るワークを通して、患者さんの立場から「食べる」を体感していただきます。

また、今の食事に気づく〈食事分析ワーク〉も行いますので、ワークで使用する黄色・赤・緑の3色ペン（鉛筆・マーカーでも可）のご持参をお願いいたします。

技工物を製作するその先にいらっしゃる患者さんの生活や食卓を想像しながら、「噛める」を支える歯科技工士の価値と可能性について共に考える時間にしたいと思います。

食育を“学ぶ”だけでなく、“体験しながら楽しむ”時間として、皆様とお会いできることを楽しみにしています。

安武 郁子

[やすたけ ゆうこ]



「食べ方を文化へ」を理念に、**Eat Right＝良食（良い食べ方）**の普及と、「歯科だからこそ食育」が社会に根づくことを目指して活動している。

- 食育実践ジャーナリスト
- 株式会社eatright japan 代表取締役
- 食べ方の学校【Eat Right College】校長

略歴

- 1994年 フードコーディネーターとして独立。
- 2014年 食育のパイオニア・砂田登志子氏の50年にわたる食育活動を継承するとともに、歯科から食育「Eat Right＝良食（良い食べ方）」の普及活動を本格始動。また、自らの子育ての中で、欧米で実践されていた『Kids in the Kitchen（台所育児）』を25年以上にわたり実践。その経験から、「自炊力」「選食力」「食べる力」を育むことが、生涯にわたる口腔健康の維持と健康寿命延伸につながることを提唱している。
- 2016年 株式会社eatright japan 代表取締役役に就任。公益社団法人日本歯科医師会 テーマパーク8020「歯科から食育」企画・監修。
- 2022年 「良食検定®」事業を開始。
- 2025年 食べ方の学校【Eat Right College】を開校。

著書

『良食検定公式テキストブック』ほか。

MEMO