



歯の はなし

は けんこう かんけい “歯の健康” と “スポーツ” の関係

ワールドベースボールクラシック
第1回 W B C の日本監督で、世界のホームラン王としても知られる“王貞治さん”は選手時代、ボールを打つ時に激しく歯を食いしばるため、歯が悪くなってしまったというのはあまりにも有名な話です。



すもう
相撲の世界においても「歯が悪いと三段目以上の力士にはなれない」と、ある相撲部屋の医師も言っています。

また、1994 年に行われたリレハンメル冬季オリンピックの選手村でのこと。

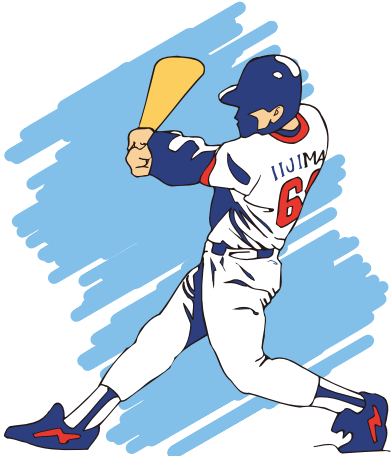
選手用の診療所には、内科をはじめ、外科、整形外科、歯科など、様々な診療科が完備されていましたが、かんび 実際、診察に訪れた選手の約半分が“歯科”を受診していたそうです。そのため、4 年後の長野の冬季オリンピックでは、歯科医師の数を他の科の倍にするよう国際オリンピック医事委員会から指示があったそうです。

また、シアトル・マリナーズのイチロー選手は、日本歯科医師会が主催する「ベストスマイル・オブ・ザ・しゅさい イヤー（その年、最も笑顔が素敵だった各界の著名人に贈られる賞）」を 1994 年に受賞していますが、その時のインタビューで「歯みがきはお風呂に入る回数と同じであり、朝 1 度、練習後のシャワーで 1 度、寮に帰って 1 度、夕食後 1 度、晩の練習後 1 度、歯をみがいている」とコメントしています。なんと！イチロー選手は 1 日に 5 回も歯をみがいていたそうです。

これら例を見てもわかるように、“プロスポーツ選手にとって「歯」は戦うための武器ぶき” に等しいものと呼べるのではないのでしょうか。

いっばんちゅうがくせい ■一般中学生でもこのような差に

もちろん、「歯の健康と運動能力の関係」はプロスポーツ選手だけに限ったことではありません。



以前、中学生を対象に「運動能力テストと歯の関係」について調べた調査がありましたが、その結果、握力あくりよくは 3 キロ、背筋力はいせんりよくでは 13 キロ、ハンドボール投げでは 2 メートル、走り幅跳びとでは 30 センチメートル、50 メートル走においても 0.3 秒。それぞれの競技において、歯の健康な中学生の方が優れていることが証明しょうめいされています。

このように、歯の健康と運動能力（スポーツ）は、切っても切れない関係であることがわかるでしょう。