

DATA
歯に付着しにくいメカニズム

FREE ZONEが
歯、特に義歯に
付着しにくい
メカニズム

歯につきやすい成分

ガム

一般のガム

歯

唾液

歯の唾液で濡れていない部分にガムが付きやすい。

FREE ZONE

歯

歯につきやすい成分をカット。

フリーゾーンガムは、ガムの歯につきやすい成分をカットした歯につきにくいガムです。

■『健康ガムカムダンベル体操』 ～歯につきにくい『フリーゾーン』を通じた社会貢献活動～

この体操の特長は、ダンベル体操に「ガムを噛む動き」を取り入れたことで、認知症の予防に効果がある咀嚼力と、介護に頼らず自立した生活を送るための基礎体力の維持・増強を同時に図ることにあります。急速に高齢化が進み、お年寄りの健康への一層の自助努力が求められる中、家庭で手軽にできる高齢者向けの新しい健康体操として、早稲田大学・鈴木正成教授が考案しました。

NHK文化センター、日本咀嚼学会主催、当社協賛のこのイベントは、1999年から巣鴨のとげぬき地蔵尊やねんりんピック、スポレクといった大型祭事で開催しており、8年間で計23回、8,000人以上の方々にご参加いただいております。今年も、9月17日(月・祝)に巣鴨とげぬき地蔵尊、9月22日(土)にスポレクあおもり2007にて開催し、11月11日(日)にはねんりんピック茨城2007の一環として、ひたちなか市総合運動公園にてステージイベントを3回開催します。

なお、体操を監修した鈴木教授は、咀嚼システムは身体の様々な機能に深い関わりがあり、よく噛むことが健康な身体づくりに繋がることから、「チューインガムはお口のダンベル体操」だと話しています。

●今年の巣鴨でのイベントの様子



体操の解説をする鈴木教授



実際にフリーゾーンガムを噛みながら体操を行う参加者



イベントには3回で300名が参加