



健康推進係 歯科衛生士

「食べる」ことは、人にとって日常生活を営む上で必要不可欠の行為であり、また最大の楽しみでもあります。「食べる」行為は、食べ物をどのように食べるか判断し適量を口まで運ぶことを「捕食」、食べ物を噛み砕くことを「咀嚼」、食べ物を飲み込むことを「嚥下」といい、この一連の運動で食べ物は胃に送り込まれます。これらが上手くいかないことを摂食嚥下障害といい、原因として最も多いのが脳梗塞などの脳血管障害ですが、加齢によっても筋力低下などから発症しやすくなります。

- ① 食事中にむせることがある
- ② 食後に咳き込む
- ③ 痰がよくからむ
- ④ よだれが多い
- ⑤ 飲み込みにくい食べ物がある
- ⑥ 食後に声がかすれたりガラガラ声になる
- ⑦ 食べ物をよくこぼす
- ⑧ 食事時間が長くなった
- ⑨ 飲み込んだ後に食べ物か口の中に残る
- ⑩ 舌の上が白い（舌の運動機能や唾液の分泌に問題がある）

このような症状がありましたら、かかりつけの医師や歯科医師に相談してみましょう。

地域おこし協力隊が行く！

実は隣のスゴイ人

どんなスゴイ人にもきっと「この人には敵わない」って人がいるはず。そんな「曾於市のスゴイ人が思うスゴイ人」に協力隊が会ってゆく、リレー型連載です！

前回のスゴイ人

「環境にも配慮したその土地らしい畜産を」
玉利農園 玉利泰宏さん
の思うスゴイ人は…



さつまいも農家 竹下 一成さん

地域おこし協力隊 服部 晃一郎

すごく悩むけど…東京から人を呼べるさつまいも農家さんに話を聞いたら、きっと面白いはず！



たくさんのさつまいもに囲まれながらの取材でした。



貯蔵庫である洞穴の見学に、協力隊も興味津々です。

竹下さんは、大隅町でさつまいもを生産されている農家さんです。10年ほど勤めていた畜産関係の会社を脱サラし、元々興味があった農業を始めます。白菜など様々な作物を育てる中で、現在は焼酎や加工品の元となるさつまいも一本に。さつまいも栽培の素人だった竹下さんは、大隅農協時代の東さんからノウハウをたたき込まれ、試行錯誤しながらも品質の良いさつまいもを作り上げます。その評判を聞きつけた地元食品メーカーと取引を始め、1畝だった作付面積が今では7畝にまで広がり、品種も12〜13種類を栽培するまでに。もしかすると皆さんが飲んでる焼酎や食べている芋菓子には竹下さんの育てたさつまいもかもしれませんよ！

そんな竹下さん、自身が焼酎好きでもあり、焼酎の本当の味を伝えたいと栽培だけにとどまらず、様々な取り組みを行っています。

たとえば、関東圏の焼酎ファンに実際に芋の苗植えや収穫を体験してもらい、自分の目で、手で焼酎の原料となるさつまいもに触れてもらうツアー客の受け入れや、末吉高校の閉校記念に生徒や卒業生を巻き込み製造した焼酎プロジェクトも記憶に新しいところ。次世代へのさまざまなアプローチは、竹下さんの温かい人柄だからこそできることだと感じました。

「さつまいもを30年ほど作っていますが、本当に難しい、毎日勉強です」と竹下さん。さつまいもに対する飽くなき探究心と情熱はとどまるどころを知りません。僕も竹下さんのように、情熱と探求心を持ち続けていきたいと思っています！