

連載

健康コラム

今回は…

vol.115

舌の機能

健康推進係 歯科衛生士



私たちが食べ物を食べる時、舌や唇、歯、頬など様々な器官は複雑に働いています。中でも舌は食べ物を取り込み、噛み砕き、飲み込むまでの動きで重要な働きをしています。

口の中に運ばれた食べ物は、舌で受け取り温度や食べ物の性状を瞬時に認知し、柔らかい食べ物であればそのまま舌と口蓋（俗に口の中の天井）で押しつぶします。少しでも固ければ舌は食べ物を奥歯の噛みあわせの面に移動させ、そこに上の歯が合わさって「噛む」動作になります。この時、効率よく噛んで食べるために舌と頬が食べ物を保持しています。何度か噛んでいると細かく砕かれた食べ物は唇のすきまなどに落ちるので、舌はそれらの食べ物を集め、再び反対側の歯に移動させ噛む事を繰り返します。食べ物が唾液と混ざり合い飲み込める状態までになると、舌は口の中の食べ物を舌のくぼみに集めます。そして、誤って気道や鼻腔に入らないよう細かい動きで咽頭に送り込むのです。普段何気に食べていますが、舌は絶妙な動きをしているのです。

連載
vol.10

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くと「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

「次世代へ繋ぐ さつまいも農家」
竹下 一成さん

の思うスゴイ人は…



曾於高校 教員
西 亮介さん



地域おこし協力隊
平田 光

誰がいいかな…そうだ、曾於高校に2016年特に
輝いていた先生がいるから、話を聞いておいで！



職員室ではなく曾於高校の農場
にいて、牛の様子を見えています。



曾於高校陸上部の部員も今では
13人になりました。

西先生は出水市の出身で母校での臨時職員や、企業での現場経験を経て、教員採用試験に合格し、曾於市の末吉高校に赴任となりました。現在も同じく曾於高校の畜産食農科で牛の担当をしています。

赴任当時、牛の担当を言い渡されたときは、牛の「う」の字も知らなかった西先生。まずは勉強と、カメラを片手に獣医さんと農家を回るなど、何でも自分でできるように日々勉強を重ねました。そして、今では「何を言われても言い返せるくらい自信ができました」と笑顔で話せるほどに。

実際、昨年の枝肉共励会では大きく入賞は出来なかったものの、肉はA5ランク最高位の評価を受け、成果を出すことができました。そんな西先生がもう一つ力を入れているのが陸上競技です。曾於高校で顧問をし、大隅中学校でも監督を務めています。

曾於高校での1年目の部員は、高校から陸上を始めたという男子生徒たった一人でした。大隅中の生徒たちと一緒に教えていく中で、着々と力をつけ、大会でも優秀な成績を残す選手へ成長。彼はその実力が認められ、箱根駅伝常連校である山梨学院大学に進学が決まりました。

また、大隅中学校は県の中学駅伝大会で優勝し、九州中学駅伝大会への出場を果たしました。今年は指導者としてもとても良い結果を出した西先生。「畜産も陸上も5・5でやっているが50ずつでなく、100…100と違って常に活動している」と話してくれました。

私も先生を見習い、新しい事へのチャレンジを続けながら全ての事を100%で出来るように頑張ろうと思います。