

11月8日はいい歯の日

平成23年度

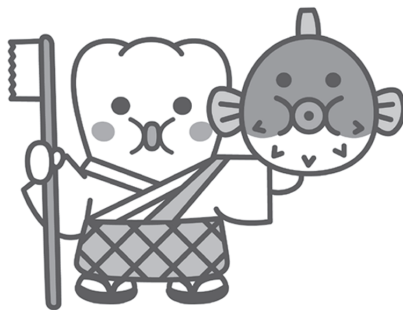
やまぐち元気フェア
生涯現役、8020運動、健康づくり

はちまるにいまる

8020運動を 実践しよう

8020運動とは「80歳になっても
自分の歯を20本以上保とう」
という運動です。

少なくとも20本以上の歯があれば、年齢を
問わず食物を噛みくだくことができ、おいしく
食べられます。子どものころからの正しい
デンタルケアと青年期の予防が大切です。



日本歯科医師会 PR キャラクター
山口県ご当地「よ坊さん」

11/13日 10:00~15:00

山口県総合保健会館（山口市吉敷下東三丁目1番1号）

メインイベント

会場／多目的ホール

参加無料

10:00 オープニングステージ

10:10 開会・来賓祝辞・紹介

10:25 生涯現役表彰

10:40 **8020 運動表彰**

10:50 やまぐち生涯現役社会づくり章
活動事例紹介

11:30 生涯現役社会づくり学会活動報告

13:00 講演会

食べることは生きること

山口県歯科医師会会長 右田 信行

山口県歯科医師会では「噛ミング30（カミングサンマル）」を推進しています。

噛ミング30とは、より健康な生活を目指すという観点から、ひとくち30回噛むことを目標とするキャッチフレーズです。

食べる喜びとは、噛み、味わい、食の醍醐味を謳歌すること。

「何でもおいしく食べられる」という食生活は、自立した健康な暮らしの基盤であり、まさに「食べることは生きること」
なのです。

そのしっかりとした食生活を支えるのが健康な歯と口です。

歯と口の機能は「食べる」「会話する」をはじめ、生涯を通じて全身の健康と日常の生活に深く関わります。口腔ケアは、すべての世代において
トータルヘルスケアの入り口なのです。

80歳になっても20本以上自分の歯を保ち、安心、安全で健やかな食生活を営むためには、どのライフステージにおいても適切な口腔ケア
をしていくことが大切です。

山口県歯科医師会では県民の皆様方の8020健康長寿社会を目指し、それを支える歯科医療を基盤とする様々な事業を展開しております。



歯科医療は「生きる力を支える生活の医療」です。

日本歯科医師会 <http://www.jda.or.jp/>

山口県歯科医師会 <http://www.ygda.or.jp/>