

11月8日はいい歯の日

オーラルフレイル
を予防しよう

Oral(口腔)Frailty(虚弱)
「オーラルフレイル」とは
歯や口の働きの軽微な衰えであり、
老化のサインです。

オーラルフレイルの症状(食べこぼし、硬い
ものがかめない、むせ、滑舌の悪化)に早く
気づき、健康寿命を延ばしましょう。



日本歯科医師会 PR キャラクター
よ坊さん(静岡県)

いい歯の日
イベント情報

「オーラルフレイル」PRを下記で放送します。

SBSテレビ・テレビ静岡・静岡朝日テレビ
テレビCM 11月8日まで いい歯の日のPR

静岡県歯科医師会(054-283-2591)

「歯のメッセージカレンダー2021(smile vol.20)」
県内会員歯科医院で好評配布中

☆受診控えは口腔衛生の状態を悪化させること
があります。かかりつけ歯科医とよく相談して、
適切な口腔ケアを続けてください。

オーラルフレイル予防を!

子どもから大人まで、よくかんでしっかり食べることは生活の基本で、誰でもそうありたいと願っています。ただし物をかむ力は、歯の数が減るとともに低下します。そのため、かかりつけ歯科医による定期的な管理を受けるようにしましょう。かむ機能が弱まると、食生活や栄養状態だけでなく、暮らしの中の自立度にまで影響をされると言われています。

歯科医師会は、オーラルフレイル(お口の虚弱)を予防することで、県民の皆さんの元気な生活づくりをサポートします。

(一社)静岡県歯科医師会会長 柳川 忠廣

日頃から、滑舌の衰え、食べこぼし、軽いむせ、かめない食品が増えたなど、ささいな変化を見逃さないことがポイントです。

歯を大切にすることで、8020運動は50%を達成しました。今後はさらに人生100年時代・1億総活躍社会の実現を目指し、地域に根差した健康づくり運動を進めてまいります。



口から守るあなたの健康!その先にある笑顔を守りたい

日本歯科医師会 <https://www.jda.or.jp/>

静岡県歯科医師会 <https://s8020.or.jp/>

