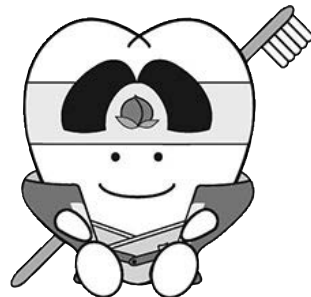


# 11月8日は いい歯の日



岡山県歯科医師会  
イメージキャラクター「もも丸くん」

## 新型コロナウイルス対策は、 「口腔ケア」と「しっかり噛むこと」

お口の中を健康にしよう！



口腔ケアを行うことで  
新型コロナウイルスの  
感染・重症化のリスク  
を低下させる可能性が  
あります。

そしゃく  
咀嚼と栄養にも気を付けよう！

しっかり噛むことは  
栄養補給と免疫力を保つ  
ためにとっても大切です。



咀嚼の目安は30回！

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/>

岡山県歯科医師会 <http://www.oda8020.or.jp>

