

11月8日はいい歯の日

きょう11月8日は「い・い・は (1・1・8)」の語呂合わせで「いい歯の日」です。お口の機能の衰えは、身体の衰えにもつながります。食事を楽しみ元気に過ごすために、改めてお口の健康について考えてみましょう。

□腔内チェックシート



- わずかなむせ
- 食べこぼし
- かめないものの増加
- 発音がはっきりしない



日本歯科医師会
PRキャラクター
よ坊さん(長野県)

…それってオーラルフレイル(口腔機能低下)かも?
一つでも当てはまれば、歯科健診を受けましょう。

□から守るあなたの健康!
人生を、もっと楽しく、もっと豊かに。

日本歯科医師会 <https://www.jda.or.jp>
長野県歯科医師会 <http://nagano-da.or.jp>

