

# 11月8日は いい歯の日



高知県歯の健康キャラクター  
©やなせたかし / 高知県

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か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。

特別  
番組

## 「歯の健康を考えよう」

～いい歯で元気～

11/17(土) 16:00～16:30

テレビ高知で放送

お問い合わせ/テレビ高知編成営業局営業推進部  
TEL(088)880-1110



## 生涯を通じた 健口づくりをお手伝い

高知県歯科医師会会長 織田 英正

歯・口の健康(健口)は、健康の源です。この傾向は、高齢者においても顕著で、8020達成者では、そうでない方に比べて、健康で自立度も高く、活動的に人生を楽しんでいる方が多いようです。健口づくりは、幸せづくり。健口は、健やかな人生には欠かせないものなのです。この度、寝たきりなどの理由で歯科医院への通院が困難な方のために、在宅訪問歯科診療に関する相談窓口が開設されました。高知県歯科医師会では、このような事業を通じて、全ての高知県民の皆さまが、一生健やかに暮らせるよう、生涯を通じた健口づくりのお手伝いをしています。

## 在宅訪問歯科診療のお知らせ

ご自宅や施設での訪問歯科診療をご希望の方は、下記までご連絡ください。

高知県歯科医師会 在宅歯科連携室

☎ 088-875-8020

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/>

高知県歯科医師会 <http://www.kochi8020.com>