

日本歯科医師会

<https://www.jda.or.jp>



SUNSTAR

100年mouth 100年health

手洗い、うがい、歯みがき。
感染症の対策には、
お口のケアも忘れずに。



医学監修：日本歯科医師会
小山茂幸先生

新しい年も、毎日の歯みがきと歯
医者さんでの定期健診を忘れずに。
お口を守る習慣は、明日の健康に
つながっています。

清潔な口腔環境や適切な口腔機能
を維持することが、からだ全体の健
康管理にも関わる理由。それは歯周
病を治療することで、糖尿病をはじ
めとした**全身に影響を与える疾患へ
の対策**になること。そして、お口の
機能の衰えから心身の活力を低下
させる**オーラルフレイルの予防につ
ながること**。これからの時代、から
だを健やかに保ち、毎日を楽しく
過ごすために、お口のケアは一層
大切な要因になるのです。

2020年も、もうすぐ終わり。
今年は、多くの方がご自身のからだ
について考えた年だったのではない
でしょうか。来年も感染症対策はも
ちろん、全身の健康のためにも、お口
のケアを徹底していきましょう。

【しんたいはつぽん】
髪の毛から皮膚にいたるまで、
人間のからだ全体のこと。
身体
髪膚

おうち熟語、からだ熟語⑮

