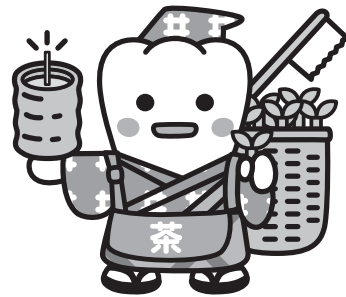


# 11月8日は いい歯の日



日本歯科医師会 PR キャラクター  
よ坊さん（静岡県）

## 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

歯や口の動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（滑舌の衰え、食べこぼし、軽いむせ、かめな食品が増える）に早く気づき、健康寿命を延ばしましょう。

## いい歯の日 イベント情報

SBSテレビ「Soleいいね！」

11月8日 9:55～11:20(うち30秒程度放送)「オーラルフレイル」PR

テレビ静岡「チョット！いいタイム」

11月8日 11:19～11:25(うち30秒程度放送)「オーラルフレイル」PR

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

8020推進・静岡県大会2019 in 裾野

11月17日 13:00～16:00 裾野市民文化センターで開催

静岡県歯科医師会

「歯のメッセージカレンダー2020(smile vol.19)」県内会員歯科医院で配布中

## オーラル・フレイル 予防をしましょう！



（一社）静岡県歯科医師会会長

柳川忠廣

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思っています。ただし物をかむ動きは、歯の数が減るとともに急速に低下していきます。その機能が弱ると、食生活や栄養状態の悪化だけでなく、暮らしの中の自立度にまで影響すると言われています。

私たち歯科医師会は、オーラル・フレイル（お口の虚弱）を予防することで、皆さんの健康寿命と元氣な生活づくりに貢献していきます。日頃から、滑舌の衰え、食べこぼし、軽いむせ、かめな食品が増えたなど、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。さらに、これからの「人生100年時代」「1億総活躍社会」の実現に向けて、地域に根差した歯科医師会や8020推進員の活動が今まで以上に活性化することで、県民の皆さんの笑顔あふれる健康生活へとつながっていくことを、心より願っています。

私たちは、歯科医療と口腔健康管理の充実を通じ、健康寿命の延伸を目指します。

日本歯科医師会 <https://www.jda.or.jp/>

静岡県歯科医師会 <https://s8020.or.jp/>

