

# 11月8日は いい歯の日 おいしく食べて健康長寿



日本歯科医師会 PR キャラクター  
よ坊さん



日本歯科医師会  
Japan Dental Association  
<https://www.jda.or.jp>



## 歯科医院を定期受診し、 口腔内をケアしましょう

福岡県歯科医師会会長  
江里 能成

かむ力の衰えや滑舌低下を含むオーラルフレイルは放っておけば、食べ物がのみ込めない摂食障害などをもたらす恐れがあります。早く気付けば、健康寿命の延伸につながります。

歯周病は、そのオーラルフレイルの原因の一つ。歯や歯石に潜む細菌が周りの組織を壊し、歯の機能を弱らせます。慢性化すれば、血管に入り込み糖尿病や肺炎も引き起こします。細菌を減らすためにも、歯科医院を定期受診することがお勧めです。歯石の除去はもちろん、細菌の繁殖を抑えるブラッシング法、口腔内の将来やケアについて助言を受けることができるからです。

福岡県歯科医師会ではこれらの啓発セミナーを開きつつ、県内の全13医療圏に「口腔管理推進室」を設け、医療や介護関係者ら他職種とも口腔に関する連携を進めています。こちらも注目してください。

## 抽選ですてきな賞品が当たる！ 「いいな、いい歯。」クイズ

福岡県歯科医師会は11月30日(土)まで「いいな、いい歯。」クイズを実施中。同会ホームページ(HP)のデジタルブック「むし歯ってなあに？」を読んで挑戦を。

5問中3問正解した人に抽選で当たる

**賞品 20人** 足用トレーニング器具「FootFit3 SIXPAD」

全問正解者は外れても再抽選

**Wチャンス 118人** QUOカード(1000円分)

※個人情報とは本抽選のみに使用します ※当選の発表は賞品の発送をもって代えます

**応募方法** 福岡県歯科医師会HPから、または同会会員の歯科医院などで配布されるチラシに記入して提出するかファクス＝092(771)2988＝で。

**締め切り** 2024年11月30日(土)



福岡県歯科医師会  
<https://www.fdanet.or.jp>

