

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(沖縄県)



日本歯科医師会

Japan Dental Association

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

デンタルフェア

令和6年11月10日(日)12:00~14:00

イオン名護ショッピングセンターイベント広場

問い合わせ: 北部地区歯科医師会

TEL: 0980-53-6479

秋のデンタルフェア

令和6年11月10日(日) 10:00~(13:30最終受付)14:00

サンエー那覇メインブレス2階 シネマQ前 オープンモール

問い合わせ: (公社)南部地区歯科医師会

TEL: 098-996-4452

いい歯の日 歯がんじゅう月間

令和6年11月10日(日)12:00~16:00

イオンモール沖縄ライカム2階アクアEV横

問い合わせ: (一社)沖縄県歯科衛生士会

TEL: 098-996-3573

定期的な歯科受診と予防を

11月8日は、「いい歯の日」です。

お口の健康は、全身の健康にも直結しています。

「口は命の入り口 心の出口」です。噛む力を保つことで、食事や会話が楽しめるだけでなく、転倒のリスクを減少し、健康寿命を延ばすことにもつながります。

「オーラルフレイル」の予防は、全身のフレイルやサルコペニア（筋肉量の減少）の予防につながります。

口腔の健康を維持することは、身体全体の健康をサポートする重要な要素となります。定期的な歯科受診や治療、そして、予防に力を入れることが大切です。

退職前の調査では、「若いころから定期的に歯医者さんに通っておけばよかった」という思う方が常に上位です。「歯医者さんに行ってみよう」

と思った時がその時です。

明日ではなく今日予約を入れましょう。

沖縄県歯科医師会

<https://www.okisi.org>

