

はちまるにいまる
8020

推進・静岡県大会

富士市交流プラザ **in 富士**

12月7日 日 13:00～15:40

【表彰式】

8020県民表彰(県知事賞)

8020推進財団理事長賞

図画・ポスター最優秀賞

【活動発表】

富士市の“口から健康”ステップアップ作戦
島田市におけるカムカム健康プログラムについて

【講演】

松尾浩一郎先生

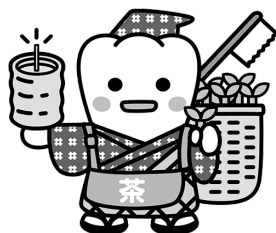
東京科学大学大学院 地域・福祉口腔機能管理学分野 教授

「人生100年時代の口の健康とは？」

—歯だけではなく口の機能も重要です!—

参加申込・詳細は静岡県歯科医師会HPへ

いい11月
いい歯の日は



日本歯科医師会
PRキャラクター
よ坊さん(静岡県)

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
食物を噛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。

『オーラルフレイル』を
理解して、健康長寿を
目指しましょう

『オーラルフレイル』は、滑舌低下、食べこぼ
し、わずかなむせ、かめない食品が増えるなど
のささいな口腔機能の低下から始まります。早
めに気づき対応することが大切です。これら
の様々な口の衰えは身体の衰え(フレイル)と
大きく関わっています。

日本歯科医師会は、「8020運動」に『オーラ
ルフレイル』という新たな考え方を加え、健康
長寿をサポートしてまいります。



日本歯科医師会

Japan Dental Association
<https://www.jda.or.jp>



静岡県歯科医師会

<https://s8020.or.jp/>

