

いい歯の日イベント情報

(和歌山市地区)

市高デパート

令和7年11月15日(土)9:00~12:00

11月16日(日)9:00~11:30

市立和歌山高校

(那賀地区)

紀の川市産業まつり& 食育フェア

令和7年11月23日(日)9:30~15:30

貴志川生涯学習センター

(伊都地区)

歯は一生のパートナー。 歯っぴ〜ライフ

令和7年11月9日(日)9:30~14:30

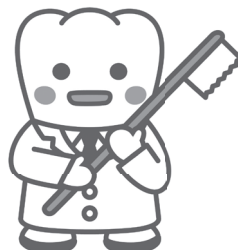
和歌山県立橋本体育館

和歌山県歯科医師会

片岡 邦浩 会長



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

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>



和歌山県歯科医師会

<https://www.wda8020.org/>

