

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、
わざかなむせ、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/>

