

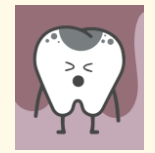
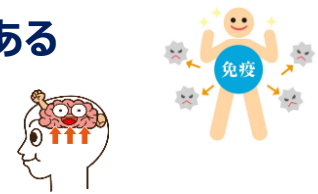
最後に歯医者に行ったのはいつですか？「うん？いつか覚えていない」方は要注意です。
「いい歯の日（11月8日）」にちなんで、ご自分の大切な歯に意識を向けてみましょう。



クイズ

5つの中から、正しくないもの一つを選びましょう

- ①「歯周病」は気づかないうちに進行し、国民の約5割がかかっている
- ②歯を失う要因として、「むし歯」と「歯周病」は同じ程度である
- ③口臭を引き起こす大きな原因は、「歯周病」である
- ④唾液の役割の一つには免疫機能がある
- ⑤正しく噛むことは、脳の活性化につながる



あなたの歯は大丈夫ですか？

もっと早く歯医者に行っておけばよかった…
日本人の4人に3人が後悔している。

<日本歯科医師会 1万人調査より>

歯周病が進行すると、「ごそつと」
歯が抜け落ちます。



日本歯周病学会発表 2018年

健康的な歯を保つには、セルフケアとプロフェッショナル（専門家による）ケアが大切です。

- ◆セルフケア⇒歯間ブラシ・フロス、電動歯ブラシなど
- ◆プロフェッショナルケア⇒チェックとクリーニング

症状がなくても歯科受診（専門家によるケア）
で健康的な歯と歯茎を保ちましょう。

時間のある年末年始がチャンスです！ 歯科受診も計画しましょう

<スタンレー電気健康保険組合 保健師 菊池 kiyoe_kikuchi@stanley-electric.com>

