



岩手県口腔保健支援センター イー歯トーブ8020ニュースレター

岩手県『いい歯の日のつどい in カシオペア』を開催します

日時：10月19日（日） 10:00～14:00

場所：二戸市 カシオペアメッセ・なにやーと（JR・IGR二戸駅隣接）

※ 今年度は、にのへ健康フェスティバルと同時開催



11:20～11:40 第1回学校歯科保健功労内閣総理大臣表彰受賞記念講演

「子どもが明日来たい学校づくり」～学校歯科保健活動の取組から～

講師：二戸市立金田一小学校校長 高橋 総子 先生

※内閣総理大臣表彰は、文部科学大臣賞を受賞した学校の中から、受賞後も優れた学校歯科保健活動を展開し、さらに他校や周辺地域の模範となるような創意工夫、特色ある実践を行っている学校に贈られるものです！

11:45～12:30 健口講話

「その食事楽しんでますか？

～郷土の文化と食財の魅力から広がる世界～」

講師：料理研究家・フリーアナウンサー
千葉 星子 さん



10:00～14:00 イベントコーナー



ご当地キャラクターと写真を撮ろう

出演予定：岩手県わんこきょうだい・とふっち
岩手県国民健康保険団体連合会「ハピルスくん」



わんこきょうだい
とふっち

相談コーナー

・歯と口の健康相談
お口の中の悩みや歯みがき
に関する相談をお受けします



体験コーナー

・指模型作り：型取りの材料を練って指の型を取ったら石膏を流します。石膏が固まったら完成！
・シーラント体験：模型の奥歯の溝におし歯を予防する薬を流して光で固めます。



測定コーナー

・口の中の水分量の測定、口臭測定

展示コーナー

・お口の清掃用具を紹介します
※プレゼントあります



スポーツウエルネス吹矢体験

・岩手県スポーツウエルネス吹矢協会
吹矢は、口腔機能の向上につながります



歯の雑学 9月編!



★9月1日～30日は「歯チカラ探求月間」です★

「リカルデント」で有名な株式会社モンデリーズ・ジャパンが制定しました。

夏は食生活が乱れがちで歯の体力＝歯チカラが弱まる傾向にあり、食生活のリセットと歯本来の重要性や力を見直すことの大切さを伝えるのが目的です。噛み応えのある食材を積極的に選ぶようにしましょう!

歯科検診も忘れずに・・

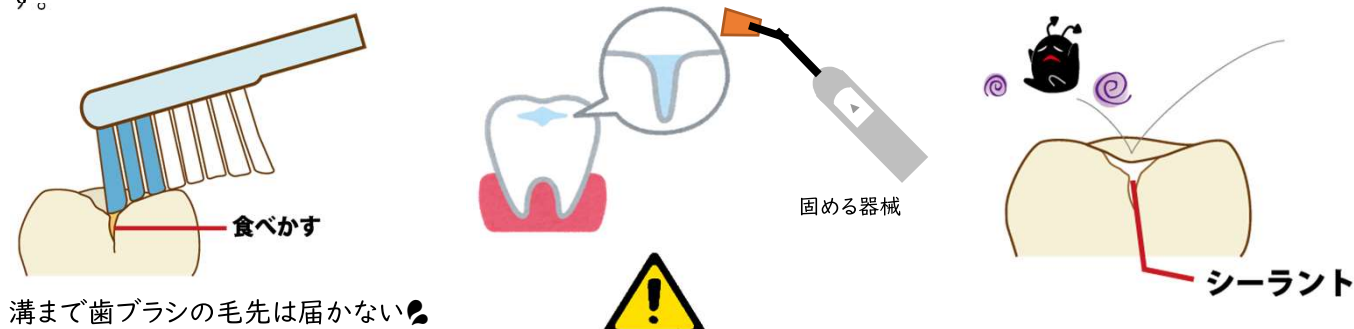
しっかり噛んで美味しいレシピは日本歯科医師会・朝昼晩のこちらから↓

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

シーラントってなんだろう?

歯の奥歯の溝は深くくぼんでいて、とてもむし歯になりやすい部分です。とくに生えてから間もない永久歯は、歯の質も未熟で油断するとすぐにむし歯になっています。

シーラントとは生えて間もない奥歯の溝を一時的にプラスチックで塞ぐことで、むし歯を予防する方法です。歯みがきでは十分にきれいにすることが難しい奥歯の溝にシーラント材を流し込むことにより、バイオフィルムや食べかすが奥歯の溝に入り込まないようにし、奥歯の溝からむし歯が発生することを予防します。



公益社団法人日本小児歯科学会

https://www.jspd.or.jp/about_site/

シーラントをするからむし歯にならないわけではありません。
シーラントは削って詰めるわけではないので、取れることもあります。
もちろん歯と歯の間からのむし歯もあります。
プロフェッショナルケアの定期検診を受けて確認してもらいましょう。

健康国保課 公式Xでは、いわての健康情報を随時お届けしています。
フォローやリポストをお願いします!

あなたに
お届けします!



公式 X 二次元バーコード

発行・問い合わせ先

岩手県保健福祉部健康国保課/岩手県口腔保健支援センター

電話:019-629-5468 E-Mail:AD0003@pref.iwate.jp

※イー歯トープ8020ニュースレターの“バックナンバー”は、HP:イー歯トープ8020ニュースレター

<https://x.gd/I9Ysh>から検索、または右の二次元バーコードでも読み込めます。



イラスト:いらすとや、歯科素材.com、ふたばフリーイラスト