



6月4～10日は「歯と口の健康週間」です



歯っぴいデー

日時:2024年6月9日(日)

午前10時～12時15分

会場:茅ヶ崎市役所本庁舎 1階市民ふれあいプラザ

参加費**無料!**

予防しよう!



日本歯科医師会
PRキャラクター

よ坊さん

イベント内容

【予約制】受付期間:5月7日(火)～5月31日(金)

茅ヶ崎市健康増進課(0467-38-3331)または市HPで受付

○講演会 & 8020体操(先着40人) 10時～11時

「オーラルフレイル～歯の健康と全身状態～」

茅ヶ崎歯科医師会会員 宮 恒男先生

「8020体操」 8020運動推進員

○個別相談会(先着36人) 1組20分程度



【市HP】

【自由参加制】※最終受付:12時

○顕微鏡検査 ○ブラッシング教室 ○舌圧測定

健口(お口の健康)グッズのプレゼントもあります!



主催:茅ヶ崎市・一般社団法人茅ヶ崎歯科医師会

お問い合わせ先:茅ヶ崎市保健所健康増進課(38-3331)

お口の中の健康状態をチェック

歯を失う原因の多くは、歯周病もしくはむし歯によるものと言われています。

歯周病をチェックする方法として、「顕微鏡検査」があり、お口の中の細菌の状況を調べます。



お口の健康には「舌」の機能も大切

「食べる」ことには、歯だけでなく舌にも大きな役割があることを知っていますか？舌は唾液と食べ物を混ぜ合わせて飲み込みやすくしたり、味を感知するなどさまざまな機能があります。



舌の機能の評価指標のひとつに「舌圧」があります。舌圧とは、舌を上あごに押付ける圧力の値で、舌の運動機能を評価できます。

「顕微鏡検査」・「舌圧測定」を行ってみましょう！



歯っぴいデーでは、「顕微鏡検査」と「舌圧測定」のブースをご用意しています。お口の健康状態をチェックし、日々のセルフケアの見直しなどに活かしましょう！

測定会で「歯っぴい」に！

さらに！

茅ヶ崎市と健康づくりに関する包括連携協定を結んでいる企業の「ベジチェック」と「血管年齢測定」ブースもごさいます



野菜の推定摂取量や、血管の健康度もチェックできます。さまざまな測定で健康を見直し、「歯っぴい」に！