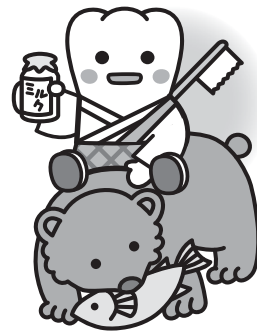


11月8日は いい歯の日



日本歯科医師会PRキャラクター
よ坊さん(北海道)

『オーラルフレイル』ご存じですか？

「オーラルフレイル」とは高齢者のささいな口腔機能の低下(滑舌低下、食べこぼし、わずかのむせ、噛めない食品の増加)による、虚弱や老衰など介護が必要となる一歩手前の段階をいいます。

☑セルフチェック 当てはまるものはありますか？

- むせる・食べこぼす 食欲がない 少ししか食べられない 柔らかいものばかり食べる 滑舌が悪い 舌が回らない お口が乾く ニオイが気になる 自分の歯が少ない あごの力が弱い



※※(「オーラルフレイル Q&A」 著者 宇野浩彦、藤原勝天、渡辺)

これらに当てはまったら、**歯科健診**に行こう！

..... オーラルフレイル**予防**のために

- 1 かかりつけ歯科医を持ちましょう！
- 2 口の"ささいな衰え"に気づきましょう！
- 3 バランスのとれた食事をとりましょう！

11月8日から11月14日は はちまるにいまる 「北海道歯・口腔の健康づくり8020推進週間」です

定期的に歯科健診をかかりつけの歯科医院で受け、お口の健康(健口)を保ち健康長寿へとつなげましょう。

一般社団法人 北海道歯科医師会会長 **藤田 一雄**

令和元年度(2019年度)

北海道歯・口の健康に関する図画・ポスター コンクール受賞作品展示のご案内

- 北海道庁1階ロビー:11月7日(木)~8日(金)
札幌市中央区北3条西6丁目
- 道新プラザDO-BOX:11月9日(土)~13日(水)
札幌市中央区北1条西3丁目 道新ビル1階

歯科医師会の学校で

各校とも学校見学[℥]随時受付中[℥]

「歯科衛生士・歯科技工士」になろう！

- 一般社団法人 札幌歯科医師会立 札幌歯科学院専門学校
- 一般社団法人 旭川歯科医師会立 旭川歯科学院専門学校
- 一般社団法人 小樽市歯科医師会立 小樽歯科衛生士専門学校

- 歯科衛生士学校紹介ページ <https://doushi-lp.net/eiseishi/>
- 歯科技工士学校紹介ページ <https://doushi-lp.net/gikoushi/>

北海道歯科医師会会員の医療機関がスタッフを募集しています

求人検索サイト | <https://doushi-kyujin.net/>

私たちは、**歯科医療と口腔健康管理の充実を通じ、健康寿命の延伸を目指します。**

日本歯科医師会 <https://www.jda.or.jp/> 北海道歯科医師会 <https://www.hokkaido-shikaishikai.com/>

