



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



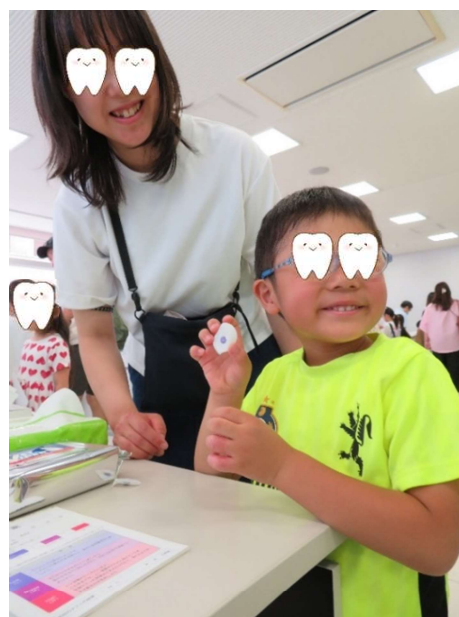
「歯と口の健康週間」イベント

6月4日から6月10日までの「歯と口の健康週間」を中心に各市町村・保健所でのコーナー展示や広報誌での普及啓発、イベントなど多くの取組みが行われました。

6月15日（日）岩手県歯科医師会・盛岡市歯科医師会共催の第20回「8020健康フェスタ」が岩手県歯科医師会館（盛岡市）で開催されました。開場前から長蛇の列ができ、楽しみながら歯と口の健康について学ぶ機会となりました。当センターでは今年も体験学習コーナーに「むし歯活動検査」を出展し、お子さん連れのご家族を中心に129名（健康フェスタ参加者332名）に体験していただきました。

むし歯活動検査とは？

唾液（つば）をスポイトで少量取り、シールに唾液を垂らして、それを腕に貼り15分後にはがしてみると、お口の中がむし歯になりやすいお口（唾液中の菌の多さで青からピンクに変色する）かわかるというもの。ただし、飲食後に歯みがきしないで検査を受けると「青色」からむし歯になりやすいお口の「ピンク」の結果が出ます。もし結果がピンクとなっても丁寧な口腔清掃・フッ化物配合歯磨剤の使用・間食は時間と量を決めるなどしましょう。



検査が終わって
すてきなsmile!





雑学！歯にまつわる今日は何の日？ 7月・8月 編

7月8日『歯ブラシ交換デー』

（ライオン株式会社が制定）
歯ブラシは歯と口の健康を守る
うえで大切な歯みがきに欠かせない
もの。
日付は歯ブラシの「は」から8！
毎月「8日」。



ライオン株式会社 Lidea
<https://lidea.today/articles/475#:~:text=>

8月8日『歯並びの日』

（日本臨床矯正歯科医会が制定）
日付の8と8が並んでいるため。
歯並びを整える重要性を伝える
ことが目的です。歯並びを整える
ことは、人生をより良く生きるため
のポイント。



公益社団法人日本臨床矯正歯科医会
<https://www.jpao.jp/15news/1545press-release/882010.html>

7月25日『知覚過敏の日』



（シュミテクトで有名なグラクソ・スミスクライン
株式会社が制定）
「725」⇒「7（な）2（つ）5（こ）おり」に
ちなみ「かき氷の日」でもあります。



冷たい物に歯の痛みを感じたら、早めに知覚過敏対策。

～知覚過敏対策～

- ★対策① 適切なブラッシング圧を心がける。
- ★対策② 歯ブラシだけではなく、歯間ブラシ・フロスを併用。
- ★対策③ 口の中を長時間酸性にせず、しっかり咀嚼して唾液で中和。
- ★対策④ 歯科定期検診を受ける。

グラクソ・スミスクライン株式会社
<https://prtmes.jp/main/html/rd/p/000000030.000001269.html>

8月21日『ホワイトティースデー』

（デンタルプロ株式会社が制定）
日付の8と21で「歯にいい」と読む語呂合わせ。
オーラルケア意識の向上促進を願い、
「自分の大切な人に口中健康をプレゼントする」
というコンセプト。

私たちが毎日使う歯ブラシや
デンタルケア用品の重要性を
再認識するきっかけと
なっています



デンタルプロ株式会社
<https://www.dentalpro.co.jp/wtd/>



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



★健康国保課・公式×始めました★

当センターからも歯・お口について様々な
情報を発信していく予定です。
ぜひフォロー・リポストをお願いします！



公式×二次元バーコード



イラスト：いらすとや
歯科素材.com
てがきですの
ふたばフリーイラスト

※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/l9Ysh>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。

