

# 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

このニュースレターは、歯科保健医療の関係者の方に配信しています。配信を希望される方がいる場合は、岩手県口腔保健支援センターまでご連絡ください。

### 「令和6年度 歯と口の健康週間」の実施状況

6月4日～6月10日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実施されました。

6月9日（日）、岩手県歯科医師会・盛岡市歯科医師会共催の「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。今年度は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。当センターは体験学習コーナーに「むし歯活動検査」コーナーを出展し、お子さん連れのご家族を中心に115名（健康フェスタ参加者298名）に体験していただきました。



当センターの医務主幹の栃内歯科医師(左)  
橋口歯科医師(右)



参加者に検査結果を  
説明する栃内医務主幹

Mii-kin（見る菌）  
自分のスマートフォンで口腔内細菌を見ることが  
できるコーナーには長蛇の列が  
できました。細菌が動いている・・・



### 「本庁地区 歯と口の健康相談会」を実施しました

6月4日（火）・6日（木）・10日（月）の3日間、当センターは 県総務部総務事務センターとの共催で、県庁6階の健康サポートルームを会場に、本庁職員を対象とした「歯と口の健康相談会」を実施しました。一人あたり概ね20分の個別相談で、予定していた12枠は全て埋まり、計13名の方が相談に訪れ、歯と口の健康への関心の高さがうかがわれました。働き盛り世代の歯と口について、またご家族のお悩みを直接聞く良い機会となりました。

相談風景



歯ブラシ・Y字タイプのフロス・歯間ブラシ・キシリトールガムを参加いただいた方に配布しました



# 補助的な清掃用具の使用について

本庁職員の歯科相談会を実施し、補助的な清掃用具を使用している方が少ない事に驚きました。「見たことはある、使ったことは1度はある、継続できない・・・」

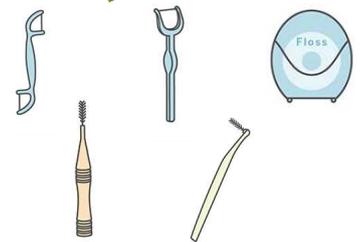
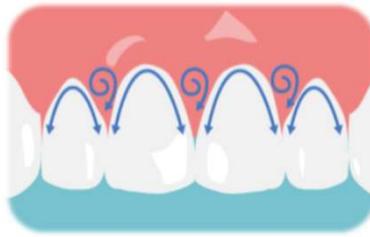
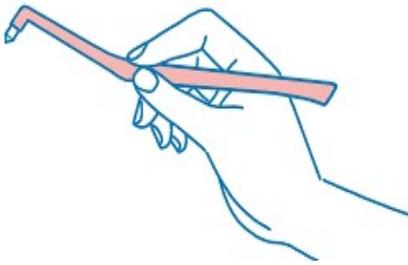
補助的な清掃用具とは、ワンタフトブラシ、歯間ブラシ、デンタルフロスのことです。これらを使用しないと汚れが残るところ(歯と歯肉の境目、歯と歯の間)＝**リスク部位**です。このリスク部位の汚れが取れないと、「磨いているのにう蝕や歯周病になってしまう」の悪循環になります。補助的な清掃用具は夜の使用(就寝前)で十分です。飲み会で出来ない、疲れて寝てしまった・・・自分の時間のある場合でも十分ですので、自分の生活サイクルに少しでも取り入れてみましょう！

汚れが取れるのでお口がスッキリしますよ！

ワンタフトブラシは、ペンを持つように持ちます。

歯と歯肉の境目をなぞるようにうごかします。歯と歯の間のところは、押し当ててくると動かしだけです！

歯と歯の間の清掃は歯間ブラシ・フロスを使います！



## 118 いい歯の日のつどいを11月24日(日)遠野市で開催します！



「岩手県口腔の健康づくり推進条例」において、**11月8日**を「いい歯の日」と定め、県民の間に広く口腔の健康づくりについての関心と理解を深めるとともに、県民の主体的な口腔の健康づくりの取り組みを促進するため、「岩手県いい歯の日のつどい」を開催します。今年度は「**遠野市**」で開催予定です！

日時：令和6年11月24日(日) 13:00～16:00  
会場：遠野ショッピングセンター とぴあ・遠野市役所

※岩手県民どなたでも自由に参加できます！入場は**無料**です！

おいちも待ってるよ！

オラからプレゼントがあるよ！みんな来てね！



## 発行・問い合わせ先



わんこきょうだい・そばっち

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ニュースレターから検索または、右のQRコードでも読み込めます



日本歯科医師会PRキャラクター「よ坊さん」岩手県バージョン