



# 2018年度 キャンペーン 「歯と口の健康づくり」実施報告



2月は**全国生活習慣病予防月間**です。当センターでは、**歯と口の健康から生活習慣病を予防することを目的として、2月4日（月）～2月8日（金）に「歯と口の健康づくり」のキャンペーンを行いました。**



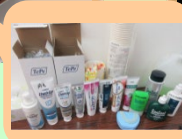
## 歯科衛生士によるブラッシング指導



頬の**筋肉**を鍛えることも大切なんです。



歯と歯の間を磨くことが大切です！



歯の隙間や奥歯の磨き方がわかって、参加してよかった！

歯科衛生士さんに、歯と歯の間を磨くための**ワンポイントアドバイス**をしていただきました。「スッキリした！」「歯の隙間の磨き方がわかった！」などとても好評でした。

受講者：36名（7名/日）

### お口元気体操♪



DVD を見ながら一緒に体操を行いました。

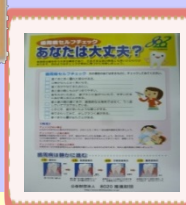
と・べ・と・べ  
た・か・く～♪

### セルフチェック



歯周病のセルフチェックを行いました。

参加者：39名  
（8名/日）



### 簡単！噛むカムチェック



咀嚼力判定ガムを噛んでもらい噛む力をチェックしました。

参加者：40名  
（8名/日）



期間限定で行う歯科衛生士によるブラッシング指導は大変好評でした。昨年に引き続き、今年も受けられている方がいました♡

歯周疾患は生活習慣病と密接な関係であり予防のためにも、多くの方に利用していただけるように様々な企画をこれからも考えていきたいと思ひます。