

歯と口の健康週間 について

6月4日から6月10日が、「歯と口の健康週間」です。



歯とお口の健康は **健康**に生きていく力を支えるものです。

「むし歯」や「歯周病」を予防して健康を保ちましょう。

○フッ化物（フッ化物塗布、フッ化物洗口、フッ化物配合歯磨剤）を利用してむし歯予防をしましょう。

○歯磨きなどのセルフケアと歯科医療機関でのプロフェッショナルケアの両面から、歯周病予防をしましょう。

○かかりつけの歯科医院で定期的に健診や指導を受けましょう。

知っていますか「むし歯」「歯周病」そして予防の仕方
できていますか「むし歯予防」「歯周病予防」

