

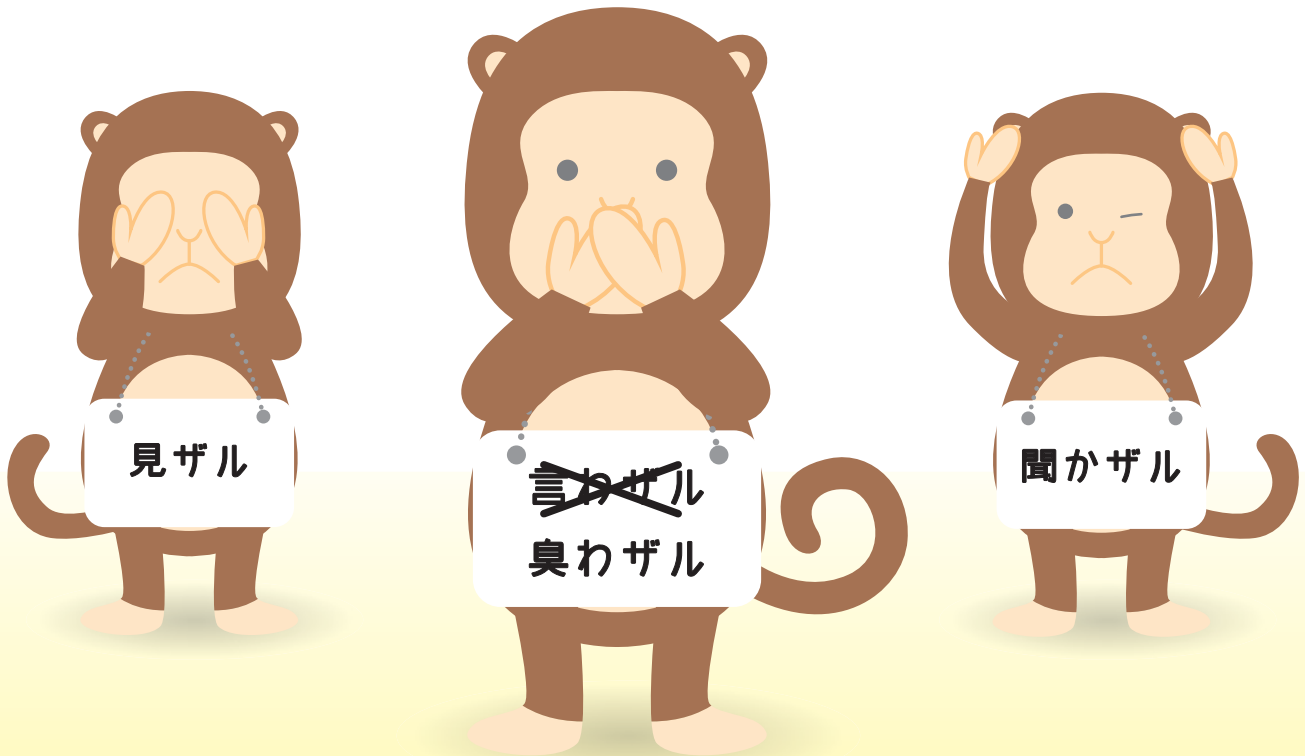
「お米っぴー」島根

(一社) 島根県歯科医師会



口臭の原因の多くは
口の中の細菌です。
細菌の増殖を防ぐために、
毎日の歯みがきに加え、
歯科医院での
定期的な口腔ケアを
しっかりと受けましょう。

公衆は
気づいているかも
あなたの口臭



口臭

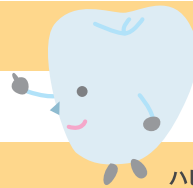
⚠ 当てはまるものがあれば注意が必要です。

あなたの歯と口は大丈夫？

口臭セルフチェック



- 動く歯がある
- 口の中が乾いている気がする
- 舌の色が白または黒っぽい
- 口で呼吸している
- 口をポカンと開けていることが多い(注意される)
- 喫煙する
- 歯と歯の間に物が挟まる
- むし歯があるのに治療していない
- 歯ぐきから血が出る
- 歯ぐきが腫れている
- 入れ歯の清掃を毎日していない
- 口の中がネバネバ、ヌルヌルする
- 毎日は歯をみがかない
- 歯石を定期的にとっていない



ハビくん

チェックしてみよう！

心当たりがあればかかりつけ歯科医に相談してみよう



ハビ先生

何が健康長寿を決めているのか!? 全国各地における長年の追跡調査が明らかにしたことは…

お出かけ好きは長寿の秘訣

「ピンピンコロリの法則」

文化講演師 首都大学東京大学院教授
(現 首都大学東京名誉教授)

ほし たんじ
星 旦二先生

演題「なぜ、かかりつけ歯科医のいる人が長生きなのか」

島根県歯科医師会の
ホームページから見られます。

公開講座の様
動画配信中(無料)

<http://www.shimane-da.or.jp/>

問い合わせ (一社)島根県歯科医師会 事務局