

福祉と保健

★発酵の里 きらきら健康メモ

6月4日はむし歯予防デー！

むし歯を予防して健康な歯に！



セルフケアをしましょう

① 歯みがきのタイミング

1日3回以上が効果的です。食事後やおやつ後に歯みがきをするように意識しましょう。

※寝ているときは唾液の分泌が低下し、細菌が繁殖しやすいため、就寝前は念入りにしましょう。

② 磨き残しやすい部位

歯並びの悪いところや、奥歯の奥、つめもののすき間などはハブラシが届きにくく、歯垢が残りやすいです。



歯並びが悪い所

奥歯の奥

歯の裏側

親知らず

詰め物の隙間

矯正器具の隙間

定期的に検診しましょう

歯みがきをしていても取りきれない汚れや歯石があるため、定期的に歯科医に歯と口腔の状態を確認してもらいましょう。

「むし歯になってから」ではなく、定期的に受診し、予防することが大切です！



神崎町成人歯科検診のご案内

神崎町にお住まいの方で20・30・40・50・60・70歳の方（年度内に達する方）は指定医療機関にて歯科検診を無料で受診することができます。対象の方には、個別通知いたします。

実施期間：令和6年6月1日～令和6年12月31日

信頼と実績 土地・建物・アパート
創業51年 売却物件募集中！
・建物が古くてボロボロ・荷物の整理が大変
・ローンが残ってる・相続したけどどうしよう…
査定無料・秘密厳守・買取対応可
お気軽にお問い合わせください！
千葉県知事(14)第4030号
井上商事有限会社 0478-79-9431

広報こうざき 有料広告募集

発行部数2350部の神崎町広報に
広告を掲載してみませんか。

詳しくは、総務課企画財政係まで
TEL 0478-72-2111