

第19回

# 区民のための 「お口の健康講座」

## 「そばにいます!! あなたのかかりつけ歯科医」

### プログラム

**日時** 令和4年10月23日(日)

開場 / 12:30 開会 / 13:00

**場所** JR中野駅北口2分

中野サンプラザ

14階クレセントルーム

参加費  
**無料**

● 12:30

開場

司会：中野区歯科医師会専務理事

西村 正美

● 13:00

開会

● 13:05

挨拶

中野区歯科医師会会長 酒井 秀夫

中野区長 酒井 直人

● 13:20

区民8020達成者表彰

中野区歯科医師会会長 酒井 秀夫

【8020(ハチマルニイマル)運動とは】

80歳以上で20本以上の歯を残そうという運動

● 13:40

講演

「お口のケア」で「健康・長寿」

講師：川崎 洋介(中野区歯科医師会理事)



#### 【内容(趣旨)】

歯や歯ぐきがしっかりとしている。よく噛める。

これは健康・長寿の第一歩となります。

美味しく食事ができる、会話も楽しめる……お口の健康は、豊かな人生を送るために大きな意義を持つのです。

“お口と体の密接な関係”と“予防”の大切さについてのお話しもさせていただきます。

また、歯磨きの歴史を紐解きながら昔懐かしの歯科のポスターなどもご披露させていただきます。

皆さまのお役に立てれば幸いです。

● 14:10

質疑応答

● 14:20

閉会の辞

中野区歯科医師会副会長 小林 香

### 中野区歯科医師会スマイル歯科診療所をご存知ですか?

### 中野区にお住まいで障害のある方の歯科診療所です。

障害をお持ちでなくても、歯の治療や入れ歯の事、食事のことなど、お口に関するお悩みやご質問・ご相談に応じます。

お気軽にお問い合わせください。

**歯科相談**

中野区歯科医師会スマイル歯科診療所 なかの・口と歯の健康支援センター  
☎03-5380-0334 9:00~17:00(月・金、祝祭日休診)

主催：一般社団法人東京都中野区歯科医師会

後援：中野区・中野区社会福祉協議会・中野区医師会・中野区薬剤師会・  
東京都柔道整復師会中野支部・中野歯科技工士会