

水戸市民の皆様へ

口からはじめる健康づくり

歯周病予防教室

「お口の健康」は、おいしく食べることや楽しいおしゃべりには欠かせません。さらに、歯と口の健康は、全身の健康に影響し、メタボリックシンドロームや糖尿病などの生活習慣病に関わっていることも分かってきました。お口の健康から、体の健康づくりをはじめたい皆さんの教室です。

歯周病の講話 ・ 口腔ケアアドバイス

講師 茨城県歯科医師会 戒田敏之先生（歯科医師）

” 藤田かおり先生（歯科衛生士）

お口の機能のチェック

- *唾液で調べる歯周病の検査
- *ガムで調べる噛む力の検査

簡単・短時間・痛くない検査です！

- *希望の方は結果について個別指導



平成 23 年 11 月 10 日(木) 10:30 ~ 12:00

◇対 象：40 歳から 65 歳の市民 ◇参加費：無料

◇定 員：40 名（申込多数の場合は抽選）

◇申込み：11 月 1 日までにお電話で保健センターへ

◇会 場：水戸市保健センター

申込み・問合せ 水戸市保健センター 保健係
水戸市笠原町 993-13 TEL 029 - 243 - 7311