



令和5年度 はちまるにいまる  
大口町 **8020運動** 「歯の健康コンクール表彰者」

**80歳になっても自分の歯を20本以上保とう**

「80歳で20本以上」「90歳で18本以上」自分の歯がある方を表彰しています。

今年度は、10名が受賞されました。

(※新型コロナウイルス感染症等の感染拡大防止の観点から表彰式を中止しました。)

20本の歯があれば、ほとんどの食べ物をしっかり噛んで食べることができます。

受賞されたみなさんは、毎日歯を磨くことに加え、バランスよく何でも食べ、お口もからだも健康でお元気です。

**9018を達成された方 1名**

遠藤 和子さん (26本)



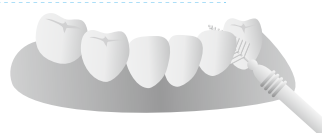
**8020を達成された方 9名**

社本さき子さん (29本) 丹羽 慶雄さん (21本) 小郷恵美子さん (22本)  
松田タエ子さん (27本) 江口 佳久さん (26本) 丹羽 滋隆さん (31本) 他3名

達成された方の **歯の健康の秘訣** を紹介します！



- ◎食後に歯磨きをする
- ◎カルシウムの補充
- ◎よく噛んで食べる
- ◎よく食べ運動する



- ◎食後の歯みがき習慣
- ◎年に1回の歯科健診
- ◎定期的な歯科受診
- ◎禁煙にチャレンジ

➡ **目指せ! 8020**



**歯科健診を受けましょう!**



健診項目	対 象	実施期間	費用
歯周病予防健診	大口町にお住いで、20歳～74歳の方	3月31日まで	500円※
後期高齢者歯科口腔健診	大口町にお住いで、75歳以上の方		無料
妊婦歯科健診	大口町にお住いで、妊娠中の方		

※無料クーポン券対象者は無料で受診できます。対象者には令和5年5月頃郵送しています。

紛失された場合は健康課窓口にて再発行の手続きが必要です。

**大口町の歯科健診が受診できる医療機関** 市外局番(0587)

大口歯科 ☎95-3745	丹羽歯科 ☎95-6655	本来堂デンタルクリニック ☎96-0817
オーシマ歯科 ☎95-6166	藤本歯科医院 ☎81-4321	もみの木歯科 ☎95-3939
さくら総合病院 口腔外科 ☎95-6711	舟橋歯科クリニックCTインプラントオフィス ☎95-7100	ライフデンタルクリニック ☎95-0046

今月の健康俳句 秋の暮 経済煽る 街の角 安藤 克典  
今月の健康川柳 日だまりに 二羽の雀が かしましき 安藤 久子  
※このコーナーは、大口俳句会・大口川柳クラブの皆さんのご協力により、「こころ」の健康づくりの一翼を担っていただいています。