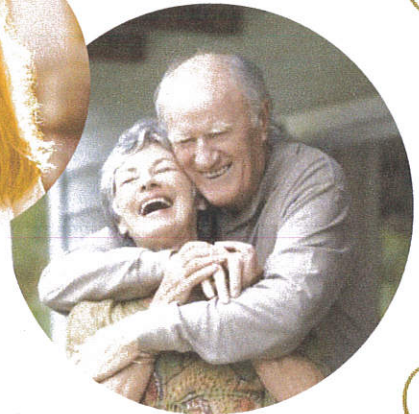


あなたの笑顔が見たいから・・・

ずっと笑顔でいたいから・・・



からだの健康はお口から始まります

美味しく食べるためには、じょうぶな歯や顎の骨が必要

楽しくおしゃべりするためには、正しく動く舌や頬の筋肉の力が必要

素敵なお顔を見せるためには、きれいな口元と人と人との出会いが必要・・・

みんなが笑顔でいられるように「笑顔を作るお手伝い」いたします

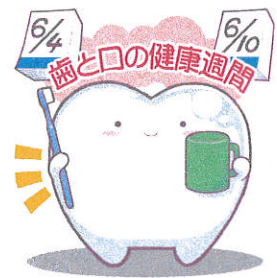
お口のことで心配事、質問がございましたら、お気軽にご相談ください

## 歯科情報

## 歯と口の健康週間

6月4日～6月10日は歯と口の健康週間です。以前は「6（む）4（し）」にちなんで6月4日が虫歯予防デーとされていましたが、その後何度か名称等が変更され1958年から「歯の衛生週間」、2013年から現在の「歯と口の健康週間」になりました。歯のみでなくお口全体の健康の増進を目的とされています。歯を失う最大の原因は歯周病と言われていますが、この歯周病は全身の病気とも関わりが深いことが近年分かってきました。ご自身の歯と口の状態を把握することは、生涯に渡って健康な生活を送ることに繋がっていくと思います。

「歯と口の健康週間」の令和2年度の標語は『咲かそうよ 笑顔の花を 歯みがきで』です。この標語のような素敵なお顔でいられるように、いつまでもご自分の歯で美味しくお食事するために、ご家庭での毎日の歯磨きを今一度見直す週間に見ませんか。



サンポート歯科コンシェルジュ 堀かずは

JUN 歯科クリニック

TEL・FAX 087-813-2123

〒760-0054

高松市常磐町2丁目8-10 Macrophage Bldg

JUN インプラントセンター

TEL 087-813-2331

サンポート歯科

TEL・FAX 087-851-5545

〒760-0011

高松市浜ノ町63-2 Blue Box

先日、台風 1 号が発生しました。これからの季節に増えてくる台風や、今後起こると予想されている南海トラフ地震などの災害に対して今からできることをご紹介します。

○食料・飲料、生活用品の備蓄

災害時、電気やガス、水道などのライフラインが止まった際に備えて、食料や飲料、生活用品の備蓄をしておきましょう。飲料水や非常食の備蓄は、3 日分×家族の人数分が必要だと言われています。また、水は飲料水だけでなくトイレを流したりするための生活用水も必要です。

○非常用の持ち出し袋の準備

自宅が被災した時やその危険性がある時、避難生活となる場合もあります。あらかじめ非常時に必要な物を詰めておき、いつでも持ち出すことができるようにしておきましょう。

<非常品持ち出し袋の中身の例>

- ・非常食品類(カップ麺、缶詰、乾パン、チョコレートなど)
- ・救急用品類(絆創膏、包帯、消毒液、常備薬など)
- ・貴重品類(現金、十円玉、預金通帳、印鑑、保険証や免許証)
- ・衣料品類(下着や靴下、防寒用ジャケット、雨具)
- ・生活用品類(厚手の手袋、ライターやマッチ、毛布、マスク、懐中電灯、携帯ラジオ、電池、携帯電話の充電器など)



○安否確認方法



別々の場所にいる時に災害が発生する場合があります。お互いの安否が確認できるよう、安否確認の方法や集合場所、避難場所を事前に話し合っておくことが大切です。また、避難場所だけでなく経路の確認もしておきましょう。

災害時には電話が繋がりにくくなる場合があります。その際には、自分の電話番号を知っている人が閲覧できる文字情報の登録ができる“災害用伝言板”や“災害用伝言ダイヤル”を利用しましょう。災害用伝言ダイヤルは、局番なしの「171」に電話をかけると伝言を録音でき、自分の電話番号を知っている家族などが伝言を再生することができるサービスです。公衆電話や携帯電話などから利用することができます。

備えあれば憂いなしです。人ごとだと思わず、普段からできることをしてみましょう。

デンタルアシスタント 島津花音

訪問診療(往診)行っています

- ・歯が痛い
- ・入れ歯が合わない
- ・グラグラしている歯がある
- ・ケアの仕方が分からない



こんな症状のある方は一度ご相談ください。  
ご自宅・施設までお伺いして歯の治療をいたします。

当医院での新型コロナウイルス感染症対策について、HP、ブログに掲載しております。  
ご理解、ご協力の程、よろしくお願いいたします。

