

# 11月8日はいい歯の日

茅野市諏訪郡  
歯科医師会

「オーラルフレイル」という  
言葉をご存知ですか？

口腔機能の軽微な低下や食の偏りなどを含み  
身体の衰え(フレイル)の一つです。歯を残し口腔  
機能を維持する事が全身への健康につながります。

まずは、  
歯医者さんに  
相談しましょう

よ坊さん



## オーラルフレイル

※平野浩彦先生作画



ドミノ倒しに衰えていく



こうした口の「負の連鎖」は  
放っておくと心や体の  
機能低下にまでつながってしまう

「まだ老化なんて」という方も将来要介護にならず健康で自立した生活を維持するために、お口のささいな衰えを見逃さず予防して健康長寿を目指しましょう。



QRコード

茅野市諏訪郡歯科医師会ホームページ <http://www.chinoshi.org/>

詳しくはホームページへ→

### 【茅野市】

浅井 歯科 医院  
今井 歯科 医院  
江川 歯科 医院  
上條 歯科 医院  
行田 歯科 医院

こいけ 歯科・矯正 歯科  
こまつ 歯科 医院  
五味 歯科 医院  
酒井 歯科 医院  
(医) 清水 歯科 医院  
諏訪中央病院 歯科 口腔外科  
茅野 歯科 医院

(医) 土橋 整形外科 歯科 医院  
どんぐり 歯科 医院  
林 歯科 クリニック  
ふじもり デンタル オフィス  
堀 歯科 医院  
(医) 矢崎 歯科 医院

やじま 歯科 医院  
やつがね 歯科 医院  
吉水 歯科 医院  
【富士見町】  
かがやき 歯科 クリニック  
清水 歯科 医院

野村 デンタル クリニック  
富士見高原病院 歯科 口腔外科  
(医) 三井 歯科 医院  
【原 村】  
岳 歯科 医院  
山田 歯科 クリニック