

# 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？

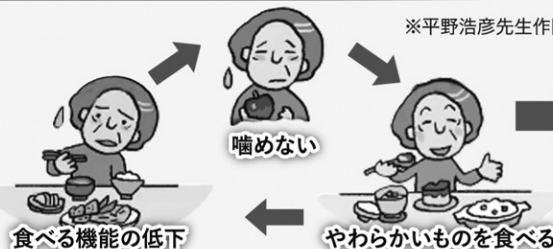
口腔機能の軽微な低下や食の偏りなどを含み  
身体の衰え(フレイル)の一つです。歯を残し口腔  
機能を維持する事が全身への健康につながります。

まずは、  
歯医者さんに  
相談しましょう



## オーラルフレイル

※平野浩彦先生作図



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