

第11回講座・会議等記録

- 1 日 時 平成26年10月20日(月) 10時00分～11時30分
2 場 所 岩槻駅東口コミュニティセンター 4階多目的ルーム
3 準備担当 4班
4 講座内容 午前の部

「歯と健康①」浦和歯科医師会 金沢ひより氏

- ・ 歯と口のトラブルは、虫歯、歯周病、かみ合わせの悪さ、口臭などがあります。悪化すると全身の症状や病気の引き金になります。

そのためには予防への近道を学ぶことが必要です。

- ・ 虫歯になりやすい方は、①甘いものが好きで間食が多い。②歯を磨かない又は磨き方が自己流 ③口呼吸の方 ④歯並びが悪い又はかみ合わせが悪い。⑤歯質が弱い。
- ・ 虫歯の進行は、C1からC4まで4段階ある。
- ・ 歯周病は、体内に菌が入り多種の病気になりやすい生活習慣病です。また、喫煙者の場合リスクが倍増する。

午後の部

「歯の健康②」浦和歯科医師会 矢尾喜三郎氏

- ・ 歯と口のアンチエイジングで重要なこと