

「お口の健口教室」を開催しました

令和7年11月28日（金）に協会けんぽ認定、健康づくり推進事業所限定の「お口の健口教室」を開催しました。茨城県歯科医師会の歯科医師と歯科衛生士の方による歯科の講演と口腔機能検査体験でお口の健康について学びました。

口腔機能検査では、唾液による歯周病検査とガムを使った噛む力の検査を行い、自身の口腔内の健康状態を判定しました。講演を聴き、口腔内の健康が心と体の健康に大きく影響することがよく分かりました。健康で長生きするためにも、セルフケアだけでなく歯科医院を受診し定期健診を受けることも大切であると改めて認識しました。



ご講演、
ありがとうございました。