

歯科衛生士のすこやか日誌



めざそう！ 80歳で20本！

はちまるにいまる

「8020 歯の健康コンクール」表彰式の様子を紹介します

- 問合先 健康課健康支援グループ（保健センター内 ☎ 37-3511）

「8020 運動」をご存知ですか？ 80歳になっても自分の歯を20本以上保とうという運動です。

65歳以降になると歯を失う人が増えてきますが、1本でも多く自分の歯を残すようにすることが大切です。厚生労働省の「平成28年歯科疾患実態調査」の結果では、80歳になっても自分の歯が20本以上ある8020を達成した人の割合が、前回調査（平成22年）の40.2%から51.2%に増加していることが分かりました。



高齢になっても自分の歯でおいしく食べ、楽しく食事や会話ができる、いつまでも健康な生活を送りたいものです。みなさんも8020を目指して、ご自身のお口のケアを心がけましょう。

市では、一般社団法人尾北歯科医師会岩倉地区会と共催で、市民ふれ愛まつりにおいて「8020 歯の健康コンクール」を行い、平成30年度は39人が表彰されました。

表彰者のみなさんのインタビュー内容を掲載します



- とき 1月21日(月) 正午～
2月1日(金) 午後1時
- ところ 生涯学習センター

