



お口の研修会

研修会(健康教育・出前講座)の内容と方法は、依頼先と相談の上、決定します。

● 歯科医師 ●



歯やお口の中に関することは、どんな事でもご質問・ご相談下さい。
治療に関することや対応可能な歯科医院のご紹介だけでなく、皆様のデンタル IQ(歯とお口の健康への関心・意識の度合い)を高めて健康的な生活を過ごしていただくために、日頃の食生活や口腔ケアの仕方などについてお話しします。

※料金は有料です。依頼の際にご相談ください。

依頼できる研修会について		形式		対象	
テーマ	内容	こうわ 講話	じっせん 実践	ほんにん 本人 かぞく 家族	しよくいん 職員
口腔ケアの仕方	個々の状態に合わせた歯みがきの方法、デンタルフロスや歯間ブラシの使い方などについてお話しします。	○	○	○	○
食生活指導	むし歯になりやすい食べ物や飲み物について、食べ方や食べる時間などについてお話しします。	○		○	○
むし歯と歯周病について	むし歯と歯周病の原因、予防法についてお話しします。	○		○	○
問い合わせ先	福島市仲間町6番6号 福島県歯科医師会館2階 福島歯科医師会事務局 【TEL】024-522-7915 【FAX】024-521-3021 【受付時間】 平日 12:00 から 17:00				

歯周病は全身疾患に影響します

歯周病によって歯ぐきが腫れると炎症を
発症する物質がつくられます。その物質は
血の流れにのって全身に運ばれ、全身疾患の
発症や悪化にかかわります。

【歯周病との関連が報告されている主な全身疾患】

- ・糖尿病
- ・認知症
- ・心筋梗塞
- ・心内膜炎
- ・動脈硬化
- ・インフルエンザ
- ・誤嚥性肺炎

…などたくさんあります。





● げんごちようかくし 言語聴覚士 ●



おいしい食事を食べるためには、元気なお口と飲み込みの力が必要です。お口と飲み込みの元気の秘訣について、お話しします。

※料金の有無については、依頼の際にご相談ください。

依頼できる研修会について		形式		対象	
テーマ	内容	こうわ 講話	じっせん 実践	ほんにん 本人 かぞく 家族	しよくいん 職員
のみこみについて	ごえんせいはいえんよぼう たいせつ、くち たいそう の こ 誤嚥性肺炎予防の大切さ、お口の体操、飲み込みに必要な機能等についてお話しします。	○		○	○
こうれいしゃ こうくう 高齢者の口腔ケアについて	し じ はい 指示が入らずなかなかお口が開けられない方など、にんちしょう かた たいおう はな 認知症の方への対応についてお話しします。	○	○	○	○
と あ さき 問い合わせ先	ふくしましおおもりあざやなぎした しゃかいりようほうじん しゅうこうかい のうしんけい げ か びょういん 福島市大森字柳 下16-1 社会医療法人 秀公会 あづま脳神経外科病院 リハビリテーション部 げんごちようかくりようほうか 言語聴覚療法科 ふくしまけん げんごちようかくしakai 福島県言語聴覚士会 【TEL】080-3338-4250 【Mail】fukushimast@gmail.com うけつけじ かん へいじつ 【受付時間】平日 9:00から17:00				

いつもお口にうるおいを

【唾液のはたらき】

- ・食べ物（た もの）を消化（しょうか）する
- ・入ってきたバイキン（ばい きん）を消毒（しょうどく）する
- ・お口（くち）の中（なか）が潤（うる）うことで、むし歯（ば）や歯周病（しゅうびょう）を予防（よぼう）する
- ・入れ歯（い ば）を安定（あんてい）させる
- ・食べ物（た もの）を飲み込み（の こ）やすくする …などたくさんあります

お口の体操（たいそう）で、
お口のうるおいを保ち（たも）ましょう





● ふくしまし 福島市 ●



ふくしまし し しゃくいん は かん でまえこうざ おこな
福島市では、市の職員が歯に関する出前講座を行っています。
ぜひお申し込みください。

【 ふくしま市政出前講座への申し込み 】

※料金は無料です。

依頼できる研修会について		形式		対象	
テーマ	内容	講話	実践	本人 家族	職員
お口の健康について	おいしく味わい、表情豊かに過ごすために大切な 口の健康。お口は全身の健康づくりの入り口です。お 手入れや予防方法について学び、お口をすこやかに保 ちましょう。	○	○	○	○
むし歯・歯周病を 予防しよう	歯や口の役割とむし歯や歯周病の原因について、ま た正しい歯みがきの方法を体験しながら学びましょ う。	○	○	○ 中学生 まで	
問い合わせ先	ふくしまし ごろうちまち ばん ごう ふくしましやくしょ こうちようこうほうか 福島市五老内町3番1号 福島市役所 広聴広報課 【TEL】024-563-7488 【FAX】024-536-9828 【Mail】kouchou@mail.city.fukushima.fukushima.jp 【受付時間】平日 8:30 から 17:15				

ふくしまし でまえこうざじょうほう
福島市の出前講座情報は、
ホームページでご覧いただけます

ふくしま市政出前講座

けんさく
検索

寝る前の歯みがきは、
お口の健康維持に効果的

寝ている間は、唾液の分泌量が減り、お口の中を清潔に
保とうとする働きが弱くなります。
寝る前に歯みがきをすることで、むし歯・歯周病、
誤嚥性肺炎の予防効果が上がります。



お口の研修会



【 こども家庭課への申し込み 】

※料金は無料です。

依頼できる研修会について		形式		対象	
テーマ	内容	こうわ 講話	じっせん 実践	ほんにん 本人 かぞく 家族	しよくいん 職員
くちそだ はそだ 口育て歯育て	こそだ やくだ くち ちしき み 子育てに役立てるお口の知識を身につけましょう。	○	○	○	○
じぶん まも 自分で守ろう くち けんこう お口の健口	ぼ ししゅうびょう 「むし歯はどうしてできるの?」「歯周病ってなんだろう?」など、お口の健康と身体への影響について学びましょう。	○	○	○	○
と あ さき 問い合わせ先	こども家庭センター・えがお (こども家庭課) 【TEL】024-525-7671 【FAX】024-572-3417 【受付時間】平日8:30 から 17:15				