



センター 通信

News letter 173号 2025年11月



このコードから
新潟市口腔保
健福祉センター
のホームページ
へ入れます

新潟市口腔保健福祉センター(指定管理者 新潟市歯科医師会)
<http://ii-ha.net/k-center/>

11月8日は「いい歯の日」

日本歯科医師会は、11月8日を「いい歯の日」と定めています。
「いつまでも美味しく、そして、楽しく食事をするために、口の中
の健康を保っていただきたい」という願いが込められています。

新潟県は、11月1日～30日を「にいがた健口文化推進月間」と
定めています。「健やかな口」と書いて「健口（けんこう）」と
読みます。

健口（けんこう）文化とは・・・

お口の健康のための心がけや行動が、習慣として家庭や地域に
根付き、当たり前前に親から子へ、子から孫へ伝わる文化のこと
です。

身近なことから始めましょう

- ・ 鏡を見ながら歯を磨く
- ・ デンタルフロスや歯間ブラシを使う
- ・ 奥歯の内側を磨く
- ・ ゆっくり、よく噛んで食べる
- ・ 歯科医院を受診して歯科健診を受ける
- ・ 歯科医院で歯石の除去や歯の清掃を
してもらう



からだの健康はお口の健康から

「健口文化」が家庭や地域で根付くように
みんなで声をかけあって取り組んでいきましょう

新潟県ホームページより

