

# みずほ歯科だより

VOL. 1 2

6月4日は何の日かご存知ですか??

「6（む）4（し）」の語呂合わせに由来する『虫歯予防デー』です。

そして4日から10日までの1週間を虫歯予防週間として、口の中の健康を考える週間です。

歯の大切さは日頃生活をしているだけでは中々気付きにくいものです。失ってから初めて歯の大切さに気付いたという人はとても多いと思います。

健康な歯は一生の宝物です。これを機会に歯の大切さについて今一度考えてみてはいかがでしょうか??

歯科衛生士 藤本

## 噛む8大効用

噛むことによって唾がたくさんでて虫歯予防になりますよ。と聞いたことがある人は多いと思います。それだけではなく噛む事は体中に良い効果があります！

噛む8大効用の標語をご紹介します♪

噛むってすごい!!!

ひ み こ の は が い — ぜ



ひまんを防ぐ

みかくの発達

ことばの発音がはっきり

のうの発達

がんを防ぐ

いちょうの働きを促進する

ぜんしんの体力向上と全力投球

全身の健康はまず噛むことからです。

日常生活の中で『噛む』ということ意識してみましよう