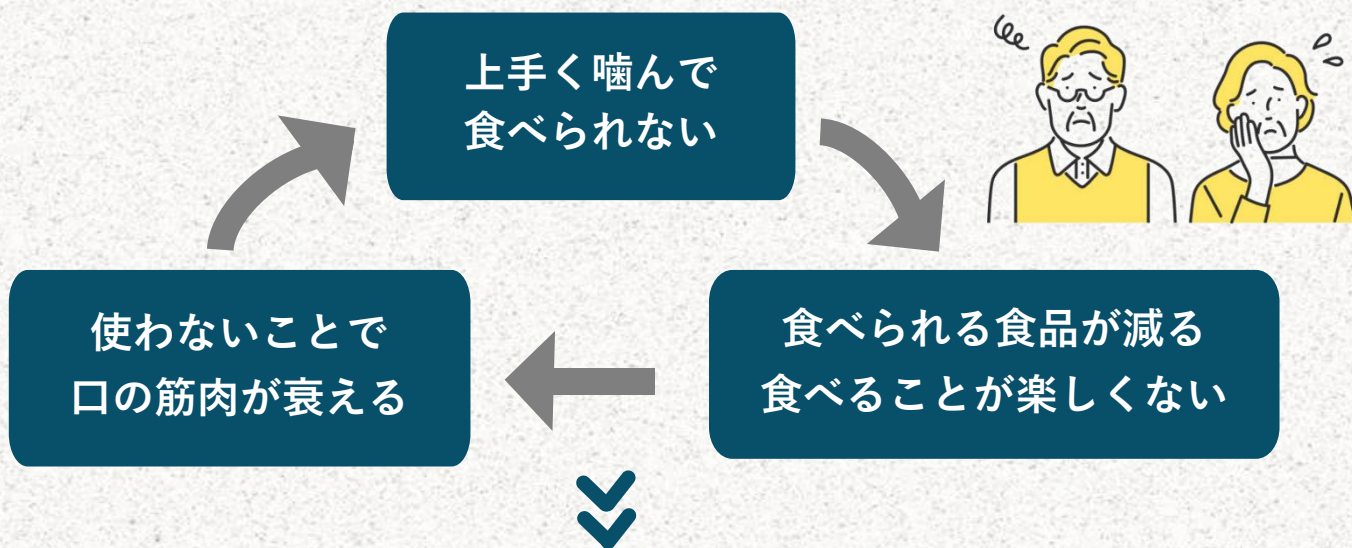


高齢者の皆さん、 お口の健康気にしていますか？

高齢者のお口の健康は、虫歯や歯周病などの疾患を予防するだけでなく、生きる力や生活の質の向上につながります。
お口の不具合を放っておくと悪循環に陥り大損です！



栄養も偏り、全身の病気や機能低下を招きます



川上村の75歳以上の歯科口腔健診受診率は **4** % (令和5年度)
長野県77市町村のうち **76** 位！ (県平均は13%)

＼お口の健康を保つためにはどうすればいいの？／

- ✓ むし歯や歯の抜けたところは放っておかず治療をして、入れ歯でもいいので、噛める状態を保つことが大切です
- ✓ 夜寝る前の歯みがきを続け、清潔な歯や口で過ごしましょう！誤嚥性肺炎の予防にも役立ちます

～6月は歯の衛生月間です～