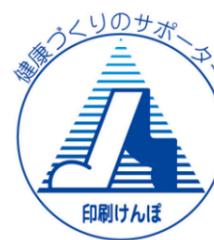


印刷けんぽ

ニュース No.207

全国印刷工業健康保険組合
東京都台東区東上野1-7-2
☎03-5834-3180
令和5年6月7日発行

<http://www.insatukenpo.or.jp>



● ● ● 知っ得!! 健康情報 ● ● ●

歯周病対策は万全ですか？

6月4日(日)から10日(土)は
歯と口の健康週間です。

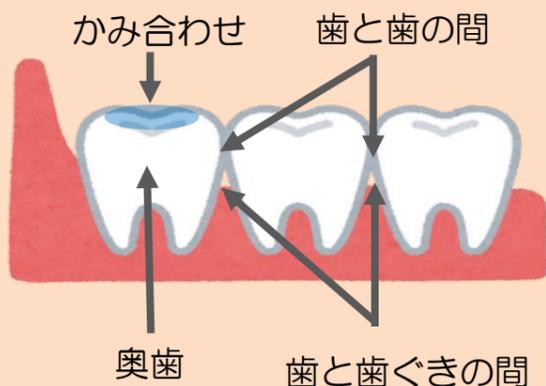
歯を失う原因の第1位は、歯周病です。
歯周病対策には、セルフケアと歯医者さんで行うケアがあります。
2つのケアのポイントを確認しましょう！



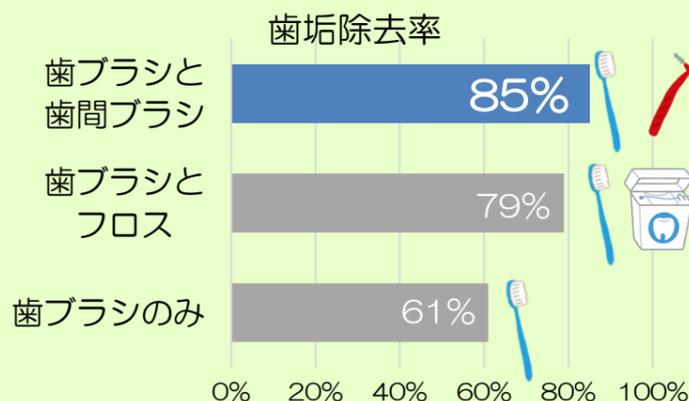
ポイント1 セルフケア（歯みがき）



①特に丁寧に磨くべき場所



②歯間ブラシやフロスを使う



ポイント2 歯医者さんで行うケア



①定期的に歯科を受診する



②自分に合ったセルフケアを相談する



歯の磨き方の詳細は、以下のQRコードよりご覧ください。



日本歯科医師会
ホームページ

2つのケアで、大切な歯を守りましょう！

参考文献 日本歯科医師会 <https://www.jda.or.jp/>

みんなの家庭の医学

信頼できる健康・医療情報の検索、専門家への健康相談、家族の健康見守りまで。「日常以上、病院未満」の健康のお悩みをワンストップで解決できるアプリです。

アプリ紹介 WEB サイト
<https://service.kateinoigaku.jp>
※通信料は利用者負担



本アプリに会員登録いただく際は、所属団体の登録が必要です。アプリの案内に従って、「0」から始まる8桁の保険者番号や記号・番号などをご入力ください（枝番は入力不要です）。



健康相談（こころ）は、直接お電話からでもご利用いただけます。

☎0120-681-199

携帯電話からでもご利用いただけます。
利用時間 月～金 9:00～21:00
土曜日 10:00～18:00

※日・祝日、1月1日～3日は利用できません。



