

# 印西市歯と口腔の健康づくり推進条例

## 平成25年4月1日施行!



「歯と口腔の健康づくり推進条例」ってなあに?

市・歯科保健医療関係者・教育関係者・保健医療福祉関係者などがそれぞれの役割を担い、さまざまな活動を通じて、市民の皆さんと一緒に歯と口腔の健康づくりを推進する条例です。

## 歯と口腔の健康づくり

～市民の皆さんに取り組んでいただきたいこと～

★歯と口腔の健康づくりは豊かな人生を送る基本です★

### 【乳幼児】

- ★毎日仕上げみがきをしましょう
- ★食べたらみがく習慣をつけましょう
- ★フッ化物を利用しましょう
- ★甘いおやつや飲み物は控えめにしましょう

### 【成人】

- ★食後は丁寧に歯をみがきましょう
- ★デンタルフロスや歯間ブラシなどを使いましょう
- ★定期的に歯科健診や歯石除去を受けましょう

### 【児童・生徒】

- ★ていねいに歯をみがきましょう
- ★フッ化物を利用しましょう
- ★デンタルフロスを使いましょう
- ★週に1回は歯や歯肉のチェックをしましょう

### 【高齢者・介護が必要な人・障害のある人】

- ★食後は丁寧に歯をみがきましょう
- ★入れ歯も毎日手入れをしましょう
- ★口腔ケアの重要性を理解し、常に健全な口腔機能が保てるようにしましょう

かかりつけの歯科医を持つことは、歯や口腔の健康を保つ上で大変重要です!

印西市歯と口腔の健康づくり推進条例についてのお問い合わせ

健康増進課 (中央保健センター)

〒270-1327 印西市大森2356-3

TEL 0476-42-5595

