



毎月1回、中旬の水曜日に掲載

今月のひとこと
健康長寿にはオーラルフレイル対策：食・運動・社会参加が大切です。日々の口腔ケアと時々プロのチェックにより口腔機能の維持・向上に努めましょう。

健康長寿は 歯と口の健康から

一般社団法人小田原医師会 副会長 武井 和夫



2000年に世界保健機関(WHO)が「健康寿命を延ばすだけではない、健康に生活できる期間をのばすこと」...

生活習慣病(高血圧・糖尿病など)を含めて、包括的な対応が必要になります。近年、健康長寿と歯や口の健康が長生きする...

歯科では診療の中で患者さんにブラッシング(歯口清掃)という行動変容を求めます。これは、むし歯や歯周病の治療や予防を目的に行われるもので、ブラッシングとこの手段を実施すれば健康を維持することができま...

運動量が減れば、より多くの食物を摂る事ができず、血液の循環を良くし、このように良いスパイラルに入っていく必要があります。...

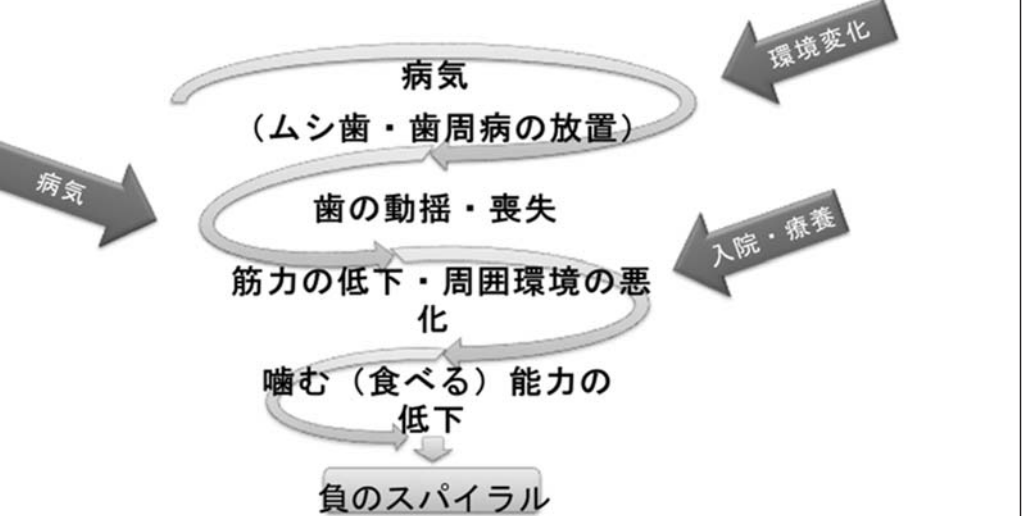


図2 負のスパイラルのイメージ

神奈川県では、「食」「運動」「社会参加」を基本に、未病改善の取組みを進めています。
3つの取組み: 食(栄養・オーラルフレイル)、運動(身体活動・ロコモ・睡眠)、社会参加(ボランティア・交流)。
毎日の食生活を見直し、健康的な食生活へ改善することが大切です。...

「歯科の立場で口腔からみた健康寿命」

東近江市水原寺診療所の花戸貴司先生が書かれた「ご飯が食べられなくなったらどうしますか?」という著書が...

「ご飯が食べられなくなったらどうしますか?」の表紙

「ご飯が食べられなくなったらどうしますか?」の表紙

安西 由充



「歯科の立場で口腔からみた健康寿命」の一言がタイトルになった著書です。...

「歯科の立場で口腔からみた健康寿命」の一言がタイトルになった著書です。...

「ご飯が食べられなくなったらどうしますか?」の表紙

「ご飯が食べられなくなったらどうしますか?」の表紙

「ご飯が食べられなくなったらどうしますか?」の表紙

「ご飯が食べられなくなったらどうしますか?」の表紙

小田原歯科医師会より住民の方々へ

歯と口腔に関わるご相談
往診・歯科訪問診療のご相談は
一般社団法人小田原歯科医師会
地域支援歯科連携室まで
TEL/FAX 0465(49) 1319
月～金 9:00～12:00 13:00～17:00

小田原歯科医師会事務局
TEL. 0465(49) 1311
FAX. 0465(49) 1551
〒250-0875 小田原市南鴨宮2-27-19

一般社団法人小田原歯科医師会は、小田原市、箱根町、真鶴町、湯河原町の歯科医師会会員で構成されています。このホームページでは、一般社団法人小田原歯科医師会が主催、後援または協力している事業とそれに関する情報やお知らせを紹介しています。
https://odawara-dent.or.jp/
小田原歯科医師会 検索

小田原医師会より住民の方々へ

7月診療スケジュール表
日 月 火 水 木 金 土
1 13:00~14:00 小児科
2
3 13:30~14:30 内科 13:00~14:00 整形外科
4 13:30~14:30 腎不全循環器科 13:00~14:00 内科
5
6
7
8
9
10 13:30~14:30 腎不全循環器科 13:00~14:00 内科
11
12
13 13:00~14:00 内科
14
15
16 13:30~14:30 内科 13:30~14:30 神経内科
17
18
19 13:30~14:30 内科 13:30~14:30 神経内科
20
21
22 13:15~14:15 皮膚科
23
24 13:30~14:30 耳鼻科 13:30~14:30 内科
25
26
27
28
29
30
31

小田原市・箱根町・真鶴町・湯河原町の方対象

小田原医師会地域医療連携室では、医師による電話相談を行っております。無料です。
☎0465-47-0833

地域医療連携室の活動
小田原市・箱根町・真鶴町・湯河原町の病院・診療所について、ごきょうのようなお問い合わせにお答えしています。このような時には小田原医師会地域医療連携室までお電話ください。
小田原市・箱根町・真鶴町・湯河原町の方対象
地域医療連携室
☎0465-47-0833
月曜日～土曜日 9:00～12:00 13:00～17:00
(休診日: 日曜日、祝日、12/29～1/3)

新型コロナウイルス感染症 問い合わせ先専用ダイヤル
0570-056774
一部IP電話など上記番号に繋がらない場合 045-285-0536
1 無休(24時間)
9/8/7/2/3/4
平日(9:00～17:00)
1 発熱や咳などの症状のある方、感染の不安のある方、健康・医療に関するご質問、診療可能な医療機関のご案内、COCOA・濃厚接触者に関するご質問 など
2 協力金(第3弾・第6弾・第7弾)に関するご質問
3 協力金(第4弾)に関するご質問
4 協力金(第5弾)に関するご質問
5 営業時間短縮要請に関するご質問
6 大規模イベント開催の事前相談に関するご質問
7 経営相談に関するご質問
8 LINEコロナお知らせシステム
9 その他

〈上記の問合せ先〉
小田原医師会地域医療連携室 ☎0465-47-0833
月曜～土曜(日曜、祝・休日、12/29～1/3休み)
午前9時～正午/午後1時～午後5時
医療機関検索は
小田原医師会のサイトから利用できます
https://www.odawara.kanagawa.med.or.jp/

