

新しい年を健やかな歯とともに

年末年始はクリスマスやお正月と、ごちそうや甘いものを食べる機会が増える季節です。せっかくのおいしい食事、その後の口腔ケアを怠ってしまうと、むし歯や歯周病のリスクを高めてしまいます。食後や就寝前の丁寧なブラッシングはもちろん、デンタルフロスや歯間ブラシなどの補助道具も併せて使用しましょう。この機会に、普段とは違う歯みがき剤やマウスウォッシュ等を試してご自身に合うものを探してみるのもおすすめです。

年の締めくくりは健康な歯とお口で、新しい年を健やかに迎えましょう。

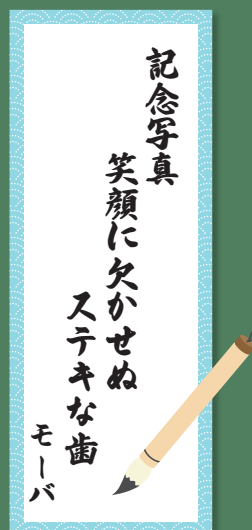
おしらせ

デンタル川柳を募集します。ユーモアたっぷりの作品をぜひご応募ください。

- ◆応募内容 歯や口に関すること全般
(むし歯や歯周病、歯みがき、入れ歯、歯医者さんに関する事など)
- ◆応募資格 市内在住者
- ◆応募方法 ①～⑤を記入の上、郵送またはメールにて応募
①作品 ②氏名 ③住所 ④電話番号
⑤掲載時に使用したい氏名またはペンネーム
(記入無しの場合「匿名」とします)

※随時募集しています。

※ご応募いただいた作品は厳選の上、次回の「めざせ8020」の記事に掲載、またはイベント時等で保健センターや市役所内に展示します。



応募先・問合せ

保健センター 〒297-0029 茂原市高師3001

✉ hoken@city.mobara.chiba.jp ☎ (25)1725 FAX (25)1865

問合せ
健康管理課 (2階)
☎ (20) 1574
FAX (20) 1600



千葉県では令和7年11月19日に「インフルエンザ警報」を発令しました。インフルエンザ予防のために、「手洗い」や「マスクの着用を含む咳エチケット」を行い、重症化予防のために予防接種を受けることも検討しましょう。

詳しくは、千葉県の公式ホームページをご覧ください。



インフルエンザ警報
が発令されました