

# 気づかないうちに進む歯周病、今こそ予防を！ 歯とお口の健康教室

30歳以上の成人の約80%がかかっているといわれる歯周病…

糖尿病や早産、認知症など、全身の健康に大きな影響を及ぼすことが分かっています。

**どんな病気？どうやって予防する？  
歯科医師が丁寧に説明します！**

参加費無料  
先着20名

**日時** 令和8年7月5日（日）10:00～11:30

**会場** 水戸市保健所 3階 研修室  
〒310-0852 水戸市笠原町993-13

🦷 **歯科医師による歯周病予防講話**

講師 プラス歯科クリニック 鹿志村 陽先生

🦷 **お口のアンチエイジング法**

講師 こばやし歯科 小林 ゆかり先生

🦷 **口腔機能のチェック**

無料でできます！

☑ガムによる噛むちからチェック

☑オーラルpHテスト

☑フッ化物洗口体験

**対象** 18歳以上の水戸市民

健康づくり課へ **電話** または  
**インターネット** (いばらき電子申請)

インターネットでの  
お申込みはコチラ！



**申込み  
問合せ** 水戸市健康づくり課 ☎029-243-7311