

滋賀大学健康セミナー（第4回）を開催しました

滋賀大学保健管理センターでは、学生・教職員及び地域住民の皆さまを対象に健康的な生活を送るための正しい情報を提供する機会として滋賀大学健康セミナーを開催しております。

本年度、第4回は、7月12日（木）に彦根キャンパス大合併講義室において、こころと身体の科学スペシャル講義「禁煙とお口の健康」と題し、^{たきいよしひろ}瀧井善博^{つちやなみ}歯科医師（たきい歯科医院院長／彦根歯科医師会理事）による講演、^{つちやなみ}土屋奈美^{つちやなみ}歯科衛生士（滋賀県歯科衛生士会副会長）によるブラッシング指導が行われ、85名の学生及び教職員の参加がありました。

瀧居^{つちやなみ}歯科医師の講演では、歯を失う原因第1位となっている歯周病の発生原因から悪化の経過や、喫煙により歯にニコチンが付着するとより歯周病菌がたまりやすくなること、口腔がんになる確率が上がることを、実例の画像やデータを見ながら詳しく解説していただきました。

禁煙するとともに、歯科で定期健診を受け、早期発見早期治療することの大切さを学びました。

歯周病・虫歯を予防する正しいブラッシング法について土屋^{つちやなみ}歯科衛生士よりお話がありました。

歯ブラシのつま先・わき・かかとを駆使し、歯1本につき20回と細かく磨くこと、デンタルフロスや歯間ブラシを必ず使うことをご指導いただきました。

今回のセミナーを機に、少しでも多くの方が喫煙・受動喫煙によるリスクを知ることで生活習慣を改め、定期的な歯科健診を受けていただけますよう期待いたします。



瀧井歯科医師による講演



土屋歯科衛生士によるブラッシング指導