

# 歯と口の健康週間イベント

テーマ「歯みがきで 食べる楽しみ いつまでも」

西原小学校 5年 片岡さくら さん

**期間：令和8年6月4日(木)～6月9日(火)**

午前9時～午後4時30分（最終日は正午まで）

**会場：宇都宮市保健センター**

無料駐車場はございません。公共交通機関をご利用ください。

**6月5日(金)**

歯周病と全身疾患の関連性とは…

デンタル講座

**全身の健康は  
お口のケアから**



- ◆時間：午後1時30分～3時30分
- ◆内容：歯科医師による講話：歯周病と全身疾患との関連について  
歯科衛生士によるブラッシング指導  
歯科医師・歯科衛生士による相談会（希望者）  
オーラルペーパーテスト：唾液のpHを調べます
- ◆対象：市民（先着30名）

**要申込：5/8(金)午前9時30分より受付開始**

**6月6日(土)**

仕上げ磨きに苦戦する

パパ・ママ向け講座

**イヤイヤ  
歯磨き攻略法**



- ◆時間：①午前10時00分～10時45分  
②午前11時00分～11時45分
- ※①②どちらかの参加になります（内容は同じ）
- ◆内容：歯科衛生士による講話：乳歯ケアについて  
歯磨きの実演・指導  
むし歯菌検査（お子さん対象）
- ◆対象：1歳児とその保護者（①②各先着20組）

**要申込：5/8(金)午前9時30分より受付開始**

**6月9日(火)**

栄養教室

**カラダよろこぶ  
おうちごはん**  
～カルシウム編～



- ◆時間：午前10時00分～午後1時00分
- ◆内容：管理栄養士による講話：カルシウムについて  
調理実習と試食：600円程度  
歯科衛生士による講話  
オーラルペーパーテスト：唾液のpHを調べます
- ◆対象：30～74歳の市民（先着20名）

**要申込：5/8(金)午前9時30分より受付開始**

問い合わせ先

主催：宇都宮市・(一社)宇都宮市歯科医師会 ※水曜・祝休日は休館日

宇都宮市保健センター(トナリエ宇都宮9階) 028-627-6666

後援：宇都宮市歯科衛生士会・下野新聞社・栃木放送・とちぎテレビ・エフエム栃木・宇都宮ケーブルテレビ・NHK宇都宮放送局