

# 口腔内の衛生と健康の関係



8月29日(木)、「口腔内の衛生と健康の関係」についての講話がありました。普段何気なく磨いている歯、口腔内をきれいに保つとどんな良いことがあるのか学びました。今回は日本歯科学学生連盟(JDSA)という学生ボランティア団体から、神奈川歯科大学の学生が講師をしてくださいました。

📌 講演メモ 📌  
**良い笑顔の秘訣は  
毎日の歯磨きから**



<以下、講話後のアンケートより>

・歯の大切さや歯に関わる仕事をしている方について知れた。自分も老後は美味しいものを食べて生活したいので定期的に歯科検診に行こうと思った。

・これからも歯をちゃんと磨いて80歳になってもご飯が食べられるようにしたいなと思った。そして自分に子供ができたら、ちゃんと子供の歯を気にしてあげられるようにして、歯の神経を守ってあげたいと思った。

・歯がないデメリットに関してはご飯が食べれないとかそんなことばかり考えていたのですが、笑うことへの抵抗がでると聞いて、ハッとしました。私が将来普通に笑顔でいられるように今からでも意識していきたいなと考えました。

・歯周病やむし歯を放置するとどんどん歯が弱くなって最終的に抜かなければならなくなってしまう。それを予防するためには磨きをしたり病院に行ったりすることが大事だと学びました。

・自分が今まで虫歯になったことも、なりかけた事も無かったのは、歯が生え始めてから、母ががんばって歯磨きをしてくれていたお陰だったと思い出した。私は矯正をしようか悩んでいてやるなら安くすむ方にしようと考えていたのですが、もっとちゃんと考えようと思いました。

日本歯科学学生連盟のHPはこちら→<https://jdsaofficial.com/>

## 歯の構造

- ①エナメル質
- ②象牙質
- ③歯髄
- ④歯槽骨

・人体で一番硬い  
(エナメル質)



＼ガムをもらいました！＼

