



3月のオアシスだより

2019. 2. 25 発行
オアシス井田

成人の8割は、歯周病を患っているのはご存知でしたか？歯周病とは、歯の周りの歯周組織（歯肉・歯根膜・歯槽骨・セメント質）に炎症が起こっている病気の総称です。歯周病の特徴は、痛みがなく静かに進行していくことです。腫れたりして気がついた時には歯を支えている歯槽骨まで吸収して、歯がグラグラしたり、ものが噛めなくなり、最後には歯が抜け落ちてしまいます。また近年、歯周病が糖尿病などの生活習慣病と関連していることも明らかになっています。歯周病を予防・改善していくには、口腔内環境と生活習慣を見直して全身の健康状態を整えていくことが大切です。今月は、歯科衛生士の方が見えるので、自分の歯の健康も見直していきましょう！

3月の予定表



※自主製品プログラム（月・水・金／午前 火・木／午後）

日	月	火	水	木	金	土
					1 AM おあしす PM 171	2
3	4 AMヘルスチェック 10時 新城駅集合 PM 職員会議	5 AM 健康作り教室	6 AM ミーティング PM パソコンC	7 AM ウォーキング エクササイズ	8 AM 音楽教室 AM 生ジュース PM 落語鑑賞	9
10	11 AM 防災デー PM 書道C	12 AM のびのび PM 落語カフェ	13 AM 衛生講習会 PM ボウリングC	14 AM 生ジュース PM 大正琴C	15 AM 音楽教室 PM パソコンC	16
17	18 AM 生ジュース PM パソコンC	19 AM 販売活動	20 AM クッキング	21 春分の日	22 閉所 (トイレ工事の為)	23
24 <hr/> 31	25 AM ミーティング PM 書道C	26 AM クリーン アップ作戦	27 AM 生ジュース PM ボウリングC	28 AM 児童タイ交流 PM ティータイム	29 PM パソコンC	30