

よ坊さんの  
豆知識

健康な  
歯のために

## オーラル フレイル

最近目にする方もいるかもしれませんが、これは、口に関する些細な衰えが心身に影響を及ぼす状態のことです。この予防のためには日々のセルフケアの際に、「食べられない」「噛めない」「おいしくない」といった少しの変化に気づくこと、そして歯科医院での定期的な検診が大事になってきます。

(一社) 埼玉県歯科医師会

