



近年、口の衛生状態の悪化が、インフルエンザなどのさまざまな病気と関連があることが明らかになりつつあり、口を清潔に保つことは、より重要となってきています。家庭や職場等で歯みがきをするときは次のことに注意しましょう。

感染予防のための歯みがきについて

- 3密を避けるため、換気し、一度に多くの方が磨くことがないようにする。
- 飛沫が飛び散らないように口を出来るだけ閉じて磨く。
- 歯ブラシは静かに小刻みに動かし、大きく動かさない。
- 歯みがきをしながら、会話をしない。動き回らない。
- 口をゆすぐ時は勢いよく吐き出さず、低い位置でそっと吐き出す。



(参考：日本歯科医師会ホームページ)

県民公開講座

「新型コロナウイルス感染症においてもお口はとても大切～口腔ケアの重要性～」

日時：11月3日（水・祝）9：30～11：30

場所：香川県社会福祉総合センター 7階 大会議室

【申込フォーム】

申込〆切：10月25日（月） ※事前にお申し込みが必要です。

- 後日 Web 配信も予定しておりますので、お気軽にお問い合わせください。

【お問合せ先】公益社団法人 香川県歯科医師会事務局（高松市錦町 2-8-38）

TEL/087-851-4965 FAX/087-822-4948 E-mail/sysope@kashi.or.jp

参加無料



【簡単レシピ】 小松菜としいたけのごま炒め



★材料（3人分）

小松菜	3株
しいたけ	2個
ごま油	小さじ1
いりごま	大さじ1
しょうゆ	小さじ2



（1人分） エネルギー：47kcal たんぱく質：2.4g 脂質：3.3g
炭水化物：3.6g 食塩相当量：0.6g カルシウム 139mg

★作り方

- ①小松菜は根元を切り落として、軸の部分は3cm、葉は5cm幅に切る。しいたけは軸を取り除き、5mm幅に切る。
- ②フライパンにごま油を熱し、①を炒める。小松菜がしんなりしてきたら、いりごまとしょうゆを加えて、さっと炒める。
- ③味がなじんだら、盛り付ける。

【栄養情報】

牛乳・乳製品、小魚、豆腐などの大豆製品、小松菜、海藻、ごまなどには、カルシウムが多く含まれます。カルシウムは骨や歯をつくるのに必要な栄養素です。

魚類やきのこ類には、カルシウムの吸収を促すビタミンDが多く含まれます。

新型コロナウイルス感染症においても お口はととても大切 ～ 口腔ケアの重要性 ～

令和3年 11月3日 水・祝
9:30～11:30

香川県社会福祉総合センター
7階 大会議室

入場無料

高松市番町1丁目10-35 TEL/087-835-3334



受講方式

「会場受講」もしくは「web動画受講(後日)」の**選択制**となります。
講師の来場はありません。会場受講は中継講演となります。

※「web動画受講」は講演日以降に公開する講演録画を視聴していただく形式となります。詳細は裏面の「web動画受講の方法」をご確認ください。

新型コロナウイルス対策として当日会場では次の対策を徹底いたします。



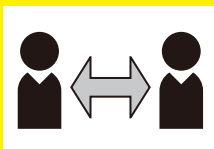
手指消毒液の設置



館内消毒



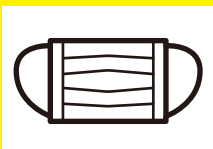
換気



広めの席配置



検温



マスクの着用

なお、座席間隔確保のため申込定員が少なくなっておりますことをご了承ください。また、会場受講でお申し込みいただいた方につきましては、当日会場では「マスクの着用」をお願いいたします。

マスクの着用、検温による健康状態の確認、手指消毒液の使用などにご協力ください。発熱や咳など、風邪のような症状がある場合には、参加をお控えください。今後の感染状況により、開催を中止する場合がありますのでご承知おきください。



演題：新型コロナウイルス感染症においてもお口はととても大切 ～ 口腔ケアの重要性 ～

講師：日本大学歯学部 細菌学講座 総合歯学研究所 生体防御部門 教授 **今井 健一** 先生

略歴

1997年朝日大学歯学部卒業。明海大学大学院歯学研究科修了。名古屋市立大学大学院医学研究科 細胞分子生物学PD、助教、2010年日本大学歯学部専任講師、2012年准教授を経て、2016年より教授。

学会等の役員他、2020年3月～日本歯科医学会連合、及び口腔衛生学会 新型コロナウイルス感染症対策チーム委員、日本歯科医師会 新たな感染症を踏まえた歯科診療の指針策定タスクチーム 委員

第24回歯科基礎医学会 奨励賞、ISG & SOMED 2011 Young Scientist Award、日本エイズ学会 第6回 ECC山口メモリアルエイズ研究奨励賞、日本無菌生物ノートバイオロジー学会 第1回佐々木正吾賞などを受賞

お問い合わせ先・参加申込先：公益社団法人 香川県歯科医師会・事務局

香川県高松市錦町2-8-38 TEL/087-851-4965 FAX/087-822-4948 E-mail/sysope@kashi.or.jp



公益社団法人 香川県歯科医師会 (香川県委託事業)

香川県県民公開講座 お申し込み用紙

「会場受講」もしくは「web動画受講」の選択制となります。

令和3年11月3日(水・祝) 9:30~11:30

新型コロナウイルス感染症においても お口はととても大切 ~ 口腔ケアの重要性 ~

締め切り/令和3年10月25日(月)必着
定員65名(先着順)

入場
無料

申し込み期日までに申込フォーム・メール・FAX・お電話にてお申込みください。

【申込フォーム】



公益社団法人香川県歯科医師会
メール: sysope@kashi.or.jp
FAX: 087-822-4948
TEL: 087-851-4965

氏名(フリガナ)	年齢	住所 〒	(TEL)
備考(所属団体など)	歳		
		<input type="checkbox"/> 会場受講 <input type="checkbox"/> web動画受講	ご希望の受講方式に チェック印☑を記入して下さい
氏名(フリガナ)	年齢	住所 〒	(TEL)
備考(所属団体など)	歳		
		<input type="checkbox"/> 会場受講 <input type="checkbox"/> web動画受講	ご希望の受講方式に チェック印☑を記入して下さい
氏名(フリガナ)	年齢	住所 〒	(TEL)
備考(所属団体など)	歳		
		<input type="checkbox"/> 会場受講 <input type="checkbox"/> web動画受講	ご希望の受講方式に チェック印☑を記入して下さい
氏名(フリガナ)	年齢	住所 〒	(TEL)
備考(所属団体など)	歳		
		<input type="checkbox"/> 会場受講 <input type="checkbox"/> web動画受講	ご希望の受講方式に チェック印☑を記入して下さい

● web動画受講の方法 ●

講演日以降に、香川県歯科医師会HPに講演録画を公開させていただきます(動画公開期間2週間)。受講方式を「web動画受講」でお申し込みいただいた方には、視聴に必要なパスワード等を郵送にてご連絡させていただきます。申込記載事項の記入漏れのないようご注意ください。

※申込書に記載された個人情報は、この講座以外には使用いたしません。

FAX 087-822-4948 24時間受付