



# センター 通信

## News letter 163号 2025年1月



このコードから  
新潟市口腔保健  
福祉センターの  
ホームページへ  
入れます。

新潟市口腔保健福祉センター(指定管理者 新潟市歯科医師会) <http://ii-ha.net/k-center/>

あけましておめでとうございます。  
今年もよろしくお願いいいたします。  
インフルエンザが大流行しています。感染予防、体調管理  
には十分お気をつけください。

### 年のはじめに、もしもの時の備えをチェック

能登半島地震から一年が経過しました。石川県だけではなく、新潟市でも復興が進んでいない地域があります。一日も早い復興を願っております。

さて、非常時の持ち出し袋はチェックしていますか。年のはじめに改めて備えを見直してみてはいかがでしょうか。お口のケアに関するものも備えておくと安心です。

#### 【非常時に役に立つ口腔ケア用品の例】

- ・歯ブラシ、歯間ブラシ、デンタルフロスなど

日頃、使い慣れたものを用意しておくと安心です

- ・デンタルリンスなどの洗口液

水が使えない災害時などに有効です

- ・ガーゼやウェットティッシュなど

指に巻いて、歯の表面や口の中の汚れをとることができます

お口の中を清潔に保つことは、誤嚥性肺炎やインフルエンザなどの感染症予防にも有効です。日頃からお口のケアを行うことはもちろん大切ですが、もしもの時の備えも大切です。