

JAL Wellness 活動報告

実施事業名：お口の健康 ライオン社によるオーラルケアセミナー

実施日：2025/11/06 実施 アーカイブ配信 11/7~12/8

参加会社名：JNV/JMB

参加者数：194 名

活動概要：・お口の健康は全身の健康に非常に大きな影響を与え、健康寿命を延ばしたり、QOLを高めることにも繋がることより、ライオン社によるオーラルケアセミナーを実施。

所感／参加者の声など

JMB

・最近セラミックを入れたり、定期的な歯科検診の大切さを身に染みて感じていたので、とても勉強になりました。歯垢が残らないよう、セミナー内であった歯磨きのポイントを思い出しながら毎日磨きたいと思います。フロスは毎日使っていますが、やはり1か月に1回は検診に行き、歯のクリーニングと合わせて口の中の状態を確認してもらいたいと思います。目指せ8020！

・80歳で歯が20%ある人は50%と聞いて、いつまでも好きな食べ物を食べ続けたいと思い、定期的な歯医者での検診や歯磨き、フロスなどのホームケアを徹底していこうと思いました。

・知っているようで知らなかった歯の知識を蓄えることができました。私も8020運動を達成できるよう、今のうちから日々の歯磨きなどを通して歯を大切にしなければならないと改めて思いました。

JNV

・歯ブラシの持ち方や取り換えの頻度、歯医者さんへ行く頻度など疑問に思っていたので、とても勉強になりました。非常バッグに歯ブラシを用意していなかったのが、準備しておこうと思います。

・歯医者に行こうと思いながら全然行けていなかったのが、来月こそ予約をしようと思いました。

・妊娠中の歯のことや子供の歯磨き（上唇小帯を押さえながら磨く）について伺えて勉強になりました。

