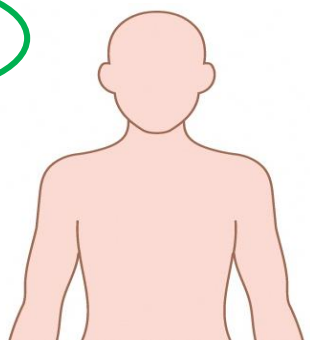
歯っぴー通信あき号

上下の歯がいつも触れていませんか？



肩こり

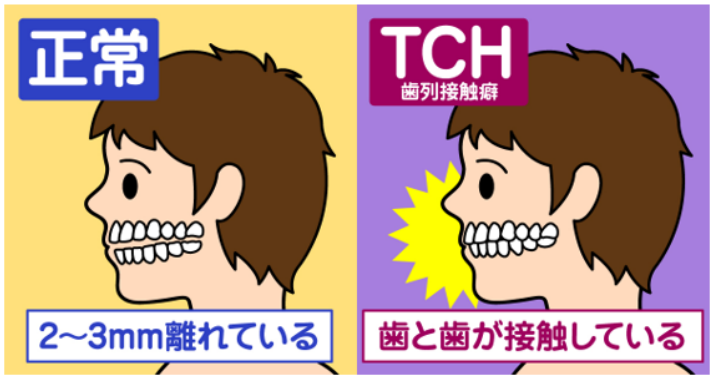
頭痛

顎の痛み

歯がしみる

歯が欠ける

詰め物がとれる



ストレスなどで歯に力が入ったり、癖などで歯を触れ続けると歯や体に負担が増えてしまいます。

歯はいつも休ませましょう。
口は閉じていても歯は少し離れているのが自然です。口の力を抜いてみましょう。

６月から歯の検診がスタートしています！
詳細はこちら☞

伊豆市HP

作成：健康長寿課　R８.10