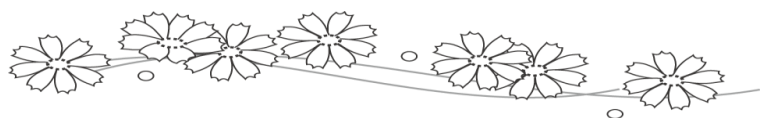


《中央区》

氏名	一口コメント
井野 スミ子 88歳 25本	【歯みがき回数】2回 【かかりつけ歯科医】あり 【定期歯科健診】1ヶ月ごと 【歯間部清掃補助道具(歯間ブラシ)の使用】あり 歯や歯ぐきの健康を維持するために、歯間ブラシを使い丁寧な歯みがきと月1回の歯科健診を続けています。健康のために、よく外出します。趣味で刺繍など縫物をする事が多く、認知症予防になると思っています。
内村 澄子 80歳 26本	【歯みがき回数】2回 【かかりつけ歯科医】あり 【定期歯科健診】2ヶ月ごと 歯や歯ぐきの健康のために、歯みがき、定期的なメンテナンス、よく噛むことを心がけています。趣味は、手芸と仲間とのグランドゴルフです。最近は、百歳体操にも挑戦し、なるべく体を動かすようにしています。
大西 邦夫 80歳 28本	【歯みがき回数】2回 【かかりつけ歯科医】あり 【定期歯科健診】6ヶ月ごと 【歯間部清掃補助道具(歯間ブラシ)の使用】あり 半年に1度の歯科健診を心がけています。体力維持のため、仕事帰りに歩いたり、ラジオ体操、青竹踏み、腕立て伏せ、腹筋、ストレッチを毎日続けています。毎年、幹事として高校の同窓会を企画することが楽しみです。
岡本 芳子 82歳 23本	【歯みがき回数】3回 【かかりつけ歯科医】あり 【定期歯科健診】3ヶ月ごと 【歯間部清掃補助道具(歯間ブラシ)の使用】あり 歯や歯ぐきの健康のために、数種類の歯ブラシを使用して、歯と歯の間まで時間をかけ丁寧にみがきます。手芸とウォーキングが趣味で、雨の日以外は1時間半ほどかけて、一万歩歩きます。
奥村 恭久 80歳 28本	【歯みがき回数】1回 【かかりつけ歯科医】あり 【歯間部清掃補助道具(歯間ブラシ)の使用】あり 歯ブラシ以外に、歯間ブラシやデンタルリンスを使って丁寧にお手入れをしています。健康のためには、運動と睡眠が大切だと思います。昨年まで仕事をしていたですが、現在は趣味のウォーキングやボーリングを楽しんでいます。
金子 チエコ 83歳 27本	【歯みがき回数】4回 【かかりつけ歯科医】あり 【歯間部清掃補助道具(歯間ブラシ)の使用】あり 食後の歯みがきを怠りません。健康のために体を動かすことが大切なので、体操を続けています。週に1回、百歳体操にも出かけます。外出することを心がけ、自転車で買い物に行くことが楽しみです。
北村 克久 82歳 30本	【歯みがき回数】2回 【かかりつけ歯科医】あり 【定期歯科健診】6ヶ月ごと 丁寧な歯みがきや定期歯科健診でお口の健康を保ってきました。趣味のグランドゴルフを週に1~2回、ウォーキングや百歳体操等、体を動かすことを心がけています。自宅では、ハーモニカの演奏や音楽鑑賞が楽しみです。



氏名	一口コメント
<p>ごとう まさとし 五島 政俊 82歳 26本</p>	<p>【歯みがき回数】2回 【かかりつけ歯科医】あり 【定期歯科健診】6ヶ月ごと 【歯間部清掃補助道具(歯間ブラシ)の使用】あり</p> <hr/> <p>歯や歯ぐきの健康維持のために、歯みがき、歯間清掃、定期歯科健診を続けています。健康のために、ウォーキングや体操等、体を動かすことを心がけています。趣味のパソコンで、好きな音楽を編集して、車で聴くのが楽しみです。</p>
<p>そのだ たねあき 園田 種秋 88歳 31本</p>	<p>【歯みがき回数】2回</p> <hr/> <p>もともと歯が強く、歯の痛みを知りません。健康のためには、なるべく体を動かすことを心がけています。野球等のスポーツが好きでしたが、現在は、体操や犬の散歩が日課です。</p>
<p>なかの しずよ 中野 静代 84歳 26本</p>	<p>【歯みがき回数】2回 【かかりつけ歯科医】あり 【定期歯科健診】1ヶ月ごと 【歯間部清掃補助道具(歯間ブラシ)の使用】あり</p> <hr/> <p>歯や歯ぐきの健康維持のために、歯みがき、歯間清掃、定期歯科健診を続けています。健康のために、野菜を中心にバランスよい食事やウォーキングを心がけています。趣味のサウナは、週1～2回利用しています。</p>
<p>にしじま ひろこ 西島 寛子 82歳 25本</p>	<p>【歯みがき回数】2回 【かかりつけ歯科医】あり 【定期歯科健診】1ヶ月ごと 【歯間部清掃補助道具(歯間ブラシ)の使用】あり</p> <hr/> <p>歯や歯ぐきの健康のために、歯みがき、歯間清掃、定期歯科健診を続けています。体力維持のために、スポーツクラブに通っています。スポーツクラブでは、多くの方々とおしゃべりができるので楽しみです。趣味の陶芸で手先の運動をしています。</p>
<p>にしむら ひろこ 西村 博子 82歳 27本</p>	<p>【歯みがき回数】5回 【かかりつけ歯科医】あり 【定期歯科健診】6ヶ月ごと</p> <hr/> <p>お口の健康のために、食べたらすぐに歯をみがきます。健康のためには、スポーツクラブで月に7回運動をしています。楽しみは、週に1度のカラオケと畑で育てた野菜をお友達にお裾分けすることです。</p>
<p>ひがし きんこ 東 キン子 80歳 26本</p>	<p>【歯みがき回数】3回 【かかりつけ歯科医】あり 【定期歯科健診】6ヶ月ごと</p> <hr/> <p>お口の健康のためには、丁寧な歯みがきと定期歯科健診を心がけています。そのおかげで、なんでもおいしく食べることができます。民生委員や県集合住宅の管理人等、長年地域のお世話をしました。現在は、8020推進員として活動しています。</p>
<p>ふくやま ひさお 福山 彌生 80歳 30本</p>	<p>【歯みがき回数】3回 【かかりつけ歯科医】あり 【定期歯科健診】6ヶ月ごと 【歯間部清掃補助道具(歯間ブラシ)の使用】あり</p> <hr/> <p>歯や歯ぐきの健康のために、歯間まで丁寧にみがくことと定期歯科健診を心がけています。健康のためには、ウォーキングやテニスで汗を流します。趣味の写真では、全国各地に出向き、絶景を撮影しました。</p>

氏名	一口コメント
ほかむら さちよ 外村 幸代 81歳 23本	【歯みがき回数】1回 【かかりつけ歯科医】あり 【歯間部清掃補助道具(歯間ブラシ)の使用】あり ----- 糸付きようじを使って、歯間まで丁寧にみがきます。健康のために、体操を続けています。趣味は、テレビ鑑賞と華道で、週に1度、床の間に花を生けるのが楽しみです。
みょういち ともき 妙一 智規 83歳 25本	【歯みがき回数】2回 【かかりつけ歯科医】あり 【定期歯科健診】6ヶ月ごと 【歯間部清掃補助道具(歯間ブラシ)の使用】あり ----- 音波ブラシを使って、丁寧に歯をみがきます。健康のために毎日、二の丸公園を3周ウォーキングしています。スポーツが好きで、趣味のゴルフやミニバレーボールを続けています。長年、地域のお世話をしています。
もり かっこ 森 勝子 92歳 25本	【歯みがき回数】5回 【かかりつけ歯科医】あり 【定期歯科健診】1ヶ月ごと 【歯間部清掃補助道具(歯間ブラシ)の使用】あり ----- 丁寧な歯みがきと長年の定期歯科健診で、お口の健康を維持してきました。健康のために買い物はなるべく歩くようにしています。子どもの頃から、油絵を描くのが大好きでした。20年前から、現在もボランティアで油絵の講師をしています。
もりやま ひろこ 森山 博子 80歳 27本	【歯みがき回数】3回 【かかりつけ歯科医】あり 【定期歯科健診】6ヶ月ごと 【歯間部清掃補助道具(歯間ブラシ)の使用】あり ----- 丁寧な歯みがきと定期歯科健診を続けてきました。ウォーキングや体操で体力維持に努めています。仏像彫刻や洋裁、水墨画等、手先を使うことが得意です。認知症予防のために、計算、音読、漢字の書き取り、百人一首に挑戦しています。
やむら のぶお 矢村 信夫 82歳 29本	【歯みがき回数】1回 【かかりつけ歯科医】あり 【定期歯科健診】1ヶ月ごと ----- 毎月、歯科医院でお口のケアを続けています。退職後に大病を患い、健康の大切さを身に染みて感じました。現在は、生活習慣を整え、よく歩くことを心がけています。
よしだ はちろう 吉田 八郎 82歳 24本	【歯みがき回数】2回 【かかりつけ歯科医】あり 【定期歯科健診】12ヶ月ごと ----- 丁寧な歯みがきを心がけています。趣味はジャズ音楽を鑑賞することです。以前から、スポーツが好きで、健康のために、ウォーキングや百歳体操、筋トレ等、体力維持に努めています。

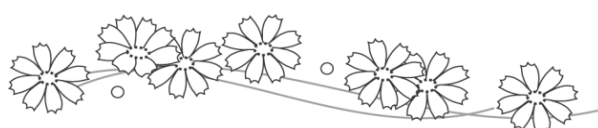
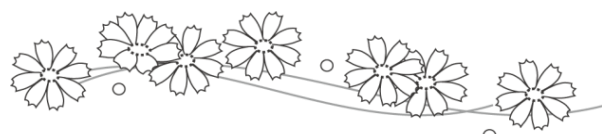


《東区》

氏名	一口コメント
池田 利子 81歳 27本	【歯みがき回数】4回 【歯間部清掃補助道具(歯間ブラシ)の使用】あり ----- 現在も週に6日仕事をしており、仕事が趣味みたいなものです。歯と口の健康で特別気をつけてきたことはありませんが、食後に歯みがきをすることが良かったと思います。
今村 活子 81歳 29本	【歯みがき回数】4回 【かかりつけ歯科医】あり 【定期歯科健診】1ヶ月ごと 【歯間部清掃補助道具(歯間ブラシ)の使用】あり ----- 毎食後と就寝前に歯をみがいて、定期健診を受けることで歯を保ってきました。コーラスや組み紐の趣味を楽しみ、毎日8,000歩を目標に自然の景色を楽しみながら歩いています。
木村 直傳 82歳 27本	【歯みがき回数】2回 【かかりつけ歯科医】あり 【定期歯科健診】1ヶ月ごと ----- 同じかかりつけ歯科医院に20年定期的に通っています。健康のためにバランスの良い食事を摂るよう心がけています。趣味は書道やゴルフ、自然観察、家庭菜園など色々あります。
佐無田サガミ 80歳 26本	【歯みがき回数】5回 【かかりつけ歯科医】あり 【定期歯科健診】3ヶ月ごと 【歯間部清掃補助道具(歯間ブラシ)の使用】あり ----- とにかく食べたら歯みがきをするようにしています。体の健康のために、バランスの良い食事を摂ったり、月2回の公民館のストレッチに通ったりしています。洋裁、数独、大人の塗り絵などの趣味も楽しんでいます。
橋口 慎也 80歳 28本	【歯みがき回数】3回 ----- 健康のために週4回、無理のない範囲で歩いています。好き嫌いもなく、お肉やお魚なども食べます。週3回通っているデイケアで将棋や五目並べなどを楽しんでいます。
福永 孝 80歳 30本	【歯みがき回数】2回 【歯間部清掃補助道具(歯間ブラシ)の使用】あり ----- 勤務しているときに仕事の関係で歯と口の健康について聞く機会があり、丁寧にみがくことを心がけています。趣味のゴルフ・民謡・カラオケを楽しんでいます。好き嫌いなく何でも食べ、身体の健康にも気をつけています。
本田 國藏 80歳 20本	【歯みがき回数】5回 【かかりつけ歯科医】あり 【定期歯科健診】1ヶ月ごと 【歯間部清掃補助道具(歯間ブラシ)の使用】あり ----- 健康のために毎日2時間～2時間半ほど歩いたり、サロンに参加して体を動かしたりしています。歯みがきも毎食後行い、特に歯周病に気を付けています。歯ブラシは柔らかめを使い、10日に1回交換しています。
村嶋 昇 80歳 26本	【歯みがき回数】2回 【かかりつけ歯科医】あり 【定期歯科健診】1年ごと 【歯間部清掃補助道具(歯間ブラシ)の使用】あり ----- むし歯になった経験がなく、40年前からは電動歯ブラシで歯や歯茎をみがいてきました。楽器演奏が好きで、ウクレレは教室に通って3、4年になります。スポーツジムで身体を動かしています。読書も好きで最近では時代小説を読んでいます。

《西区》

氏名	一口コメント
<p>甲斐 豊 83歳 29本</p>	<p>【歯みがき回数】3回 【かかりつけ歯科医】あり 【定期歯科健診】6ヶ月ごと</p> <hr/> <p>健康のためにウォーキングを行っています。また、月1回開催される地域の高齢者サロンにも毎回参加し、運動や健康情報も取り入れています。趣味はカラオケを楽しんでいます。</p>
<p>河野 雅昭 80歳 32本</p>	<p>【歯みがき回数】3回 【かかりつけ歯科医】あり 【定期歯科健診】3～4ヶ月ごと 【歯間部清掃補助道具(歯間ブラシ)の使用】あり</p> <hr/> <p>膝の手術後、リハビリを目的に毎日スイミングに取り組んでいます。趣味は山登りです。そのためにも、ジムでほぼ毎日筋力トレーニングを頑張り、月2回は山に登るようにしています。</p>
<p>神鷹 ユリ子 84歳 27本</p>	<p>【歯みがき回数】1回 【かかりつけ歯科医】あり 【歯間部清掃補助道具(歯間ブラシ)の使用】あり</p> <hr/> <p>週1回グランドゴルフを頑張っています。趣味は、家庭菜園でミニトマトやカボチャ等の野菜を作ることや折紙、手芸です。また、熊日新聞の新生面を数十年間休まず書き写しています。</p>
<p>高橋 哲也 80歳 21本</p>	<p>【歯みがき回数】3回 【かかりつけ歯科医】あり 【定期歯科健診】6ヶ月ごと 【歯間部清掃補助道具(歯間ブラシ)の使用】あり</p> <hr/> <p>健康のため心がけていることは良く歩くことです。趣味は、手先を使う、鉢植えやトランプ等です。また、囲碁、将棋のパソコンゲームも楽しんでいます。</p>
<p>永谷 和子 81歳 25本</p>	<p>【歯みがき回数】2回 【かかりつけ歯科医】あり 【定期歯科健診】1ヶ月ごと 【歯間部清掃補助道具(歯間ブラシ)の使用】あり</p> <hr/> <p>月1回の気功と月4回は踊りを習っています。健康のために外出するよう心がけています。趣味は、組みひもを作ることですが、今、スマホゲームにも夢中になっています。</p>
<p>船崎 直一 81歳 32本</p>	<p>【歯みがき回数】1回</p> <hr/> <p>趣味は凧あげ、日本舞踊、篠笛、魚釣りです。日本舞踊は、施設の慰問もしています。凧あげは、世界各地で凧ワークショップに参加し、凧あげ指導も行っています。歯の健康のために、魚は骨ごと食べるようにしています。</p>
<p>米田 武子 85歳 28本</p>	<p>【歯みがき回数】2回 【かかりつけ歯科医】あり 【定期歯科健診】3ヶ月ごと 【歯間部清掃補助道具(歯間ブラシ)の使用】あり</p> <hr/> <p>30年前からかかりつけ歯科医でお口のケアをしてもらっていたことが歯にとってとても良かったと思っています。趣味はキノコや野菜を栽培することです。老人会のレクダンスに週1回参加し、健康維持に努めています。</p>



《南区》

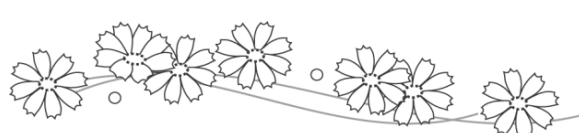
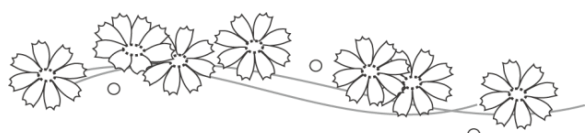
氏名	一口コメント
いちの 一野 セツミ 80歳 30本	【歯みがき回数】3回 【歯間部清掃補助道具(歯間ブラシ)の使用】あり ----- 趣味は月2回老人福祉センターに通い、書道やお手玉、3B体操や日本舞踊などをするこ とです。また、毎日地域の方々とグランドゴルフを楽しんでいます。
えっゆうすけ 悦 雄輔 80歳 31本	【歯みがき回数】2回 【かかりつけ歯科医】あり 【定期歯科健診】月に2回 ----- 趣味は盆栽や囲碁です。健康のために40代ごろから、腹筋背筋、屈伸運動を毎日続け、散歩 も意識してするように心がけています。校区の社会福祉協議会会長を20年ほど務めました。
ごとうあきら 後藤 明 81歳 28本	【歯みがき回数】3回 【かかりつけ歯科医】あり ----- 噛む力が以前と比べると減りましたが、食事には不自由しません。若い頃から食後の歯みがきを 忘れずに続けてきました。健康のため、涼しくなる9月から週3回のグランドゴルフを再開する予定 です。
こんどうみのる 近藤 稔 81歳 22本	【歯みがき回数】2回 【かかりつけ歯科医】あり 【定期歯科健診】12ヶ月ごと 【歯間部清掃補助道具(歯間ブラシ)の使用】あり ----- 趣味は週3回のグランドゴルフとカラオケです。3世代同居の8人家族で賑やかに暮らしています。 家族皆で健康づくりに努めています。富合校区の健康まちづくり推進委員会の副会長として地域住 民の健康づくり活動にも取り組んでいます。
しがき きみこ 紫垣 貴美子 85歳 25本	【歯みがき回数】2回 【かかりつけ歯科医】あり 【定期歯科健診】6ヶ月ごと ----- 趣味は百人一首や童謡を歌うことです。シルバースポーツ大会の健康マラソンに40年連続で出 場しています。健康のために規則正しい生活を心がけ、歯ぐきのマッサージなどを続けていき たいと思います。
たかもと ひであき 高本 秀明 81歳 25本	【歯みがき回数】2回 【かかりつけ歯科医】あり 【定期歯科健診】1ヶ月ごと 【歯間部清掃補助道具(歯間ブラシ)の使用】あり ----- 数年前までは趣味の魚釣りを楽しんでいました。最近は健康のために毎朝約1万2000歩 歩い たり、グランドゴルフを楽しんでいます。かかりつけ歯科での定期健診を今後も続け、お口の健康 を維持していきたいと思います。
たけもと すえき 竹本 末喜 85歳 25本	【歯みがき回数】2回 ----- 施設からの紹介で応募しました。お口の健康は意識してこなかったのですが、表彰を受けること ができて嬉しく思います。以前はカラオケやグランドゴルフをしていましたが、最近の趣味は、時 代劇のテレビ鑑賞と演歌の音楽鑑賞です。
なかぐま 中熊 フサヨ 81歳 30本	【歯みがき回数】3回 【かかりつけ歯科医】あり 【定期歯科健診】3ヶ月ごと 【歯間部清掃補助道具(歯間ブラシ)の使用】あり ----- ラジオ体操やいきいき体操で体を動かし、どこに行くにも歩いて行くよう心がけています。お口の 定期健診も15年以上続けています。趣味は読書で、歴史ものが好きです。富合校区の健康まち づくり推進委員会の会長を務め、子どもの見守り隊にも参加しています。

氏名	一口コメント
にしおか りきお 西岡 力男 80歳 30本	【歯みがき回数】2回 【かかりつけ歯科医】あり 【歯間部清掃補助道具(歯間ブラシ)の使用】あり 健康維持のため、週3回のグランドゴルフやウォーキングなどで体を動かすようにしています。趣味の写真は若い頃から続けており、公民館講座の短歌も始めました。6年前から地域の老人会長を務め、イベントの計画をたてることも楽しみのひとつです。
にしだ 西田 トドメ 92歳 21本	【歯みがき回数】2回 【かかりつけ歯科医】あり 【歯間部清掃補助道具(歯間ブラシ)の使用】あり 一人暮らしなので、できることは何でも自分でするように心がけていることが、健康維持に繋がっていると思います。趣味は手芸で、若い頃は子どものセーターも編んでいました。歯みがきは時間をかけ丁寧にするように心がけています。
にしむら ていこ 西村 貞子 81歳 29本	【歯みがき回数】3回 【歯間部清掃補助道具(歯間ブラシ)の使用】あり 昨年2月に脳出血で倒れるまでは日本舞踊やダンス、家庭菜園等で健康維持に努めていました。現在は車椅子生活となりましたが、食欲旺盛で何でもたくさん食べ、元気いっぱい毎日笑顔で暮らしています。
ふじい あきお 藤井 昭夫 87歳 25本	【歯みがき回数】3回 【かかりつけ歯科医】あり 【定期歯科健診】2ヶ月ごと 【歯間部清掃補助道具(歯間ブラシ)の使用】あり 趣味はクラシック音楽鑑賞と週1回の英会話教室に通うことです。体を動かすことを心がけ、ウォーキングマシーンを使って歩いたり、ストレッチをしています。水泳も15年ほど続けていました。食後の歯みがきを続け、体だけでなくお口の健康も保っていきたいと思います。
ほんだ のぶこ 本田 信子 80歳 27本	【歯みがき回数】2回 【かかりつけ歯科医】あり 【定期歯科健診】3ヶ月ごと 【歯間部清掃補助道具(歯間ブラシ)の使用】あり 趣味は健康体操、気功、フォークダンスです。健康維持のため、習い事には歩いて通っています。食事でもカルシウムを意識してバランス良く食べています。おかげさまで、骨密度や血液検査も異常なく、丈夫な身体を維持できています。
やまぐち ようこ 山口 葉子 82歳 26本	【歯みがき回数】2回 【かかりつけ歯科医】あり 【定期歯科健診】2～3ヶ月ごと 【歯間部清掃補助道具(歯間ブラシ)の使用】あり 食事はよく咬んで食べるように心がけています。毎日1時間程歩き、お天気が悪い日はウォーキングマシーンやエアロバイクで運動をしています。趣味は編み物、読書、俳句です。俳句は、毎月阿蘇という雑誌に投稿し、掲載されています。
よねはら 米原 ヒサヨ 80歳 27本	【歯みがき回数】1～2回 【かかりつけ歯科医】あり 【定期歯科健診】年に2回 趣味は70歳から習い続けているコーラスです。月2回仲間とともに楽しんでいます。今年も歯科口腔健診をかかりつけの歯医者さんの勧めで受けました。これからも半年に1度のメンテナンスを継続しお口の健康を保っていきたいです。



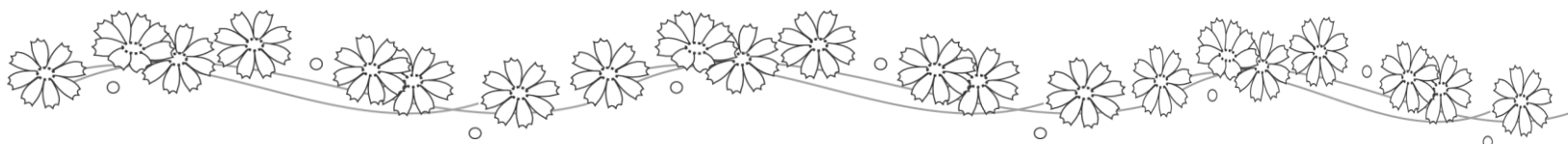
《北区》

氏名	一口コメント
あいこう さぶろう 愛甲 三郎 84歳 32本	【歯みがき回数】2回 【かかりつけ歯科医】あり 【定期歯科健診】3ヶ月ごと 【歯間部清掃補助道具(歯間ブラシ)の使用】あり ----- 健康のために毎朝ラジオ体操、ウォーキング、テニスと身体を動かしています。食事も好き嫌いなく多くの品目を食べるように心がけています。海外留学生との交流や老人会、ボランティアへの参加などの活動は、これからも続けていきたいと思っています。
いむら まさとし 井村 正利 81歳 21本	【歯みがき回数】1回 ----- 畑仕事や老人会のグランドゴルフで体を動かしています。趣味で釣りを楽しています。自分で釣った魚を自分で料理して食べるのは最高です。
いもと まさのり 井本 正則 88歳 25本	【歯みがき回数】1回 【かかりつけ歯科医】あり 【歯間部清掃補助道具(歯間ブラシ)の使用】あり ----- 歯ぐきにも歯ブラシをあてて丁寧に磨いています。早起きをして1日の仕事の予定を考え、畑に出かけています。グランドゴルフや趣味の釣りを楽しています。
たかき まさみ 高木 正美 88歳 25本	【歯みがき回数】1回 【かかりつけ歯科医】あり 【定期歯科健診】1ヶ月ごと 【歯間部清掃補助道具(歯間ブラシ)の使用】あり ----- 地震の前まではスポーツジムに通いランニングマシンで6km走ったり腹筋を鍛えたりしていました。今は自宅でスクワットをしています。お肉が大好きで週に3~4回は食べます。また、ご飯は毎回130gを量っています。健康のためには口の管理がとても大事だと思います。
たかき みちこ 高木 美智子 82歳 27本	【歯みがき回数】1回 【かかりつけ歯科医】あり 【定期歯科健診】6ヶ月ごと 【歯間部清掃補助道具(歯間ブラシ)の使用】あり ----- 毎日の歯磨きを頑張っています。健康のため日頃より体をよく動かし、大好きな骨せんべいを食べ、カルシウムを多く取るようにしています。以前は登山が趣味で、富士山にも2回登りました。今はお友達とおしゃべりやショッピングを楽しんでいます。
はらぐち こうしん 原口 幸信 87歳 26本	【歯みがき回数】3回 【かかりつけ歯科医】あり 【歯間部清掃補助道具(歯間ブラシ)の使用】あり ----- 月に1回の高齢者サロンと老人会でのグランドゴルフを楽しんでいます。天草に行き、タイ、チヌ、アジなどを釣り自分で料理をして食べています。毎日早起きして温泉に行くのも楽しみです。
ほんだ ひさこ 本田 久子 80歳 23本	【歯みがき回数】3回 【かかりつけ歯科医】あり 【歯間部清掃補助道具(歯間ブラシ)の使用】あり ----- 毎食後に歯磨きをした後、歯間ブラシを使っています。身体を動かすことが趣味で、グランドゴルフを週に1回、友人と一緒に畑を耕し、野菜を作っています。また、読書も好きで、源氏物語や日本の古典等を図書館で1年間に40冊以上読んでいます。死ぬまで現役で暮らしたいと思っています。



氏名	一口コメント
よしむら さだひろ 吉村 定博 80歳 31本	【歯みがき回数】2回 【かかりつけ歯科医】あり 【定期歯科健診】6ヶ月ごと 【歯間部清掃補助道具(歯間ブラシ)の使用】あり ----- 糸付きようじや歯間ブラシを毎日使い丁寧に歯磨きをしています。カントリーミュージックが大好きです。食後に妻と立田山や、坪井遊水地公園を散歩することが楽しいです。
わたなべ あつゆき 渡邊 敦之 80歳 27本	【歯みがき回数】2回 【かかりつけ歯科医】あり 【定期歯科健診】12ヶ月ごと ----- 歯磨きは時間をかけて丁寧にしています。病院ボランティアで生け花やカラオケを通所者の方々と楽しんでいます。健康のためにグランドゴルフをしており、大会にも出場しています。

【 】の項目について該当しない場合は記載なし (敬称省略、各区50音順)



* 受賞者数 59名
 中央区 20名
 東区 8名
 西区 7名
 南区 15名
 北区 9名

