

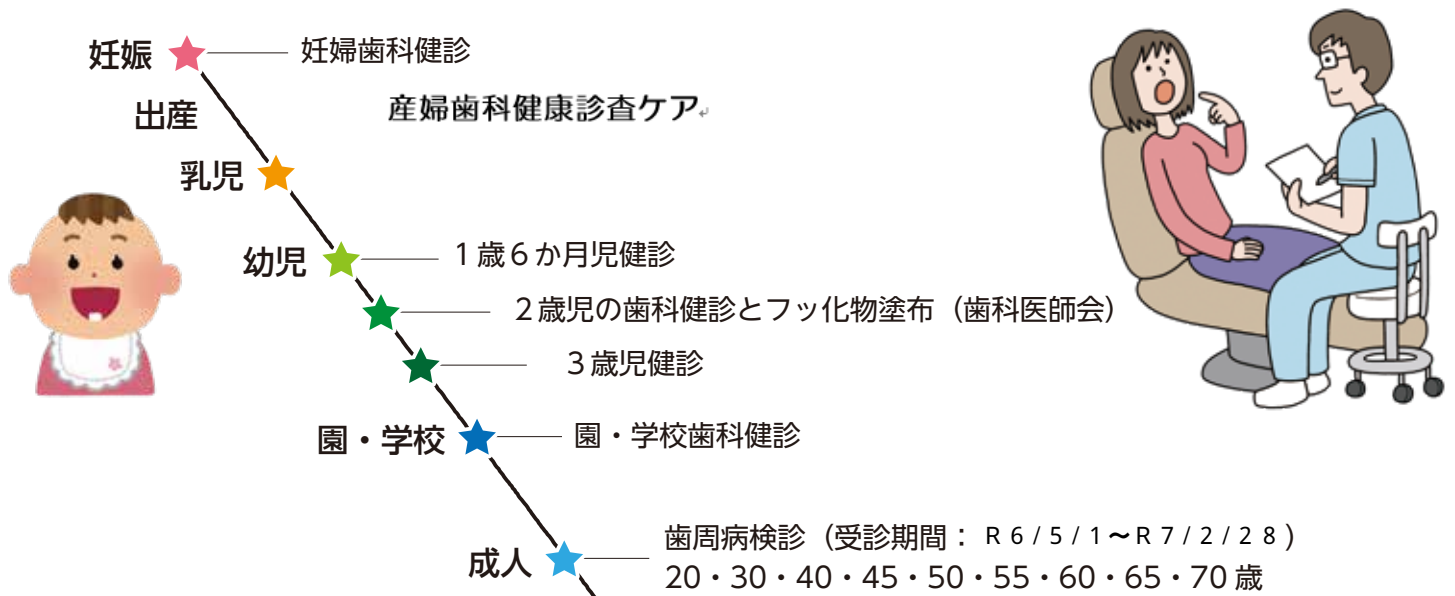
かかりつけ歯科医は「歯の健康」サポーター

■ かかりつけの歯科医院でプロケアを受けましょう

どんなに丁寧に歯をみがいても、残ってしまう汚れはあります。年に1回の歯科健診はもちろん、年1~2回はかかりつけの歯科医師にチェックしてもらいましょう。口の中のちょっとした変化や異常の早期発見につながります。最近では「PMTC」(プロフェッショナル・メカニカル・トゥース・クリーニング)という、専門的な歯のクリーニングを行っている歯科医院も増えてきました。自分では取り除けない歯周ポケット※の歯垢や歯石を取り除いてもらいましょう。

※歯周ポケット：歯垢(プラーク)中の細菌によって歯ぐきが炎症を起こし、歯と歯ぐきの隙間が深くなった状態。健康な歯ぐきの状態であれば深さは4mm未満ですが、4~5mmだと初期の歯周病、6mm以上で重度の進行した歯周病と判断します。

■ 市や歯科医師会の歯科サービス(令和6年度)



20歳・30歳用
受診券

40歳以上用
受診券

8020 歯科健康診査(歯科医師会)

80歳(受診期間: R6/4/1~R6/5/31)

歯周病検診を受診しましょう!



実施期間: 令和6年5月1日~令和7年2月28日

対象者、実施歯科医療機関等、詳しくは市公式ウェブサイトをご覧ください。



安城市 歯周病検診受診券

実施期間: 令和6年5月1日~令和7年2月28日

予約方法: 電話予約(受付時間: 午前9時~午後5時) 予約料: 無料

対象者: ① 歯周病検診受診券 ② 健康保険証

検診内容: 歯周病、虫歯や歯肉の腫れ、歯肉の出血、歯ぐきの腫れ、歯ぐきの腫れ、歯ぐきの腫れ、歯ぐきの腫れ

無料

お問い合わせ先: 安城市健康福祉課 電話: 0566-79-1111 FAX: 0566-79-1113

安城市 歯周病検診受診券

実施期間: 令和6年5月1日~令和7年2月28日

予約方法: 電話予約(受付時間: 午前9時~午後5時) 予約料: 無料

対象者: ① 歯周病検診受診券 ② 健康保険証

検診内容: 歯周病、虫歯や歯肉の腫れ、歯肉の出血、歯ぐきの腫れ、歯ぐきの腫れ、歯ぐきの腫れ、歯ぐきの腫れ

無料

お問い合わせ先: 安城市健康福祉課 電話: 0566-79-1111 FAX: 0566-77-1103

■ 歯科健診はどうして必要なの？

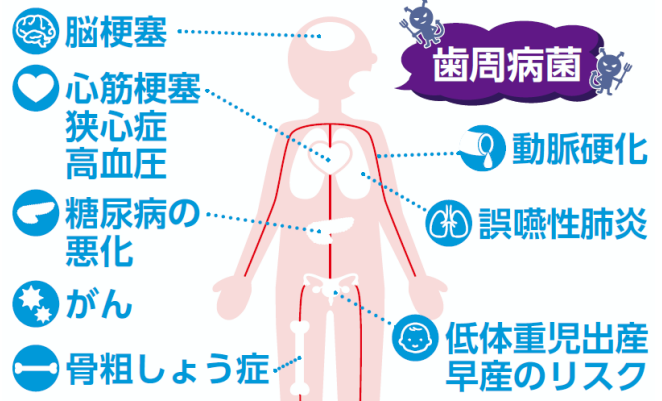
歯を失う原因で一番多いのは歯周病です。歯周病菌が歯ぐきに炎症を起こし、悪化すると歯を支える骨が失われてしまうため、最終的には歯が抜け落ちてしまう病気です。

また、歯周病が悪化すると、歯周病菌が口の中だけでなく、全身へ悪影響を及ぼしていることが明らかになってきています。

定期的に歯科健診を受けることは、歯周病の予防や早期発見のために大変重要です。



■ 歯周病が身体に与える影響



■ 大切な歯を守るために

「歯の健康づくり得点」でチェックしてみましょう！

- ① 歯ぐきが腫れることがありますか。
- ② 歯がしみることがありますか。
- ③ 間食をよくしますか。
- ④ 趣味がありますか。
- ⑤ かかりつけの歯医者さんはいますか。
- ⑥ 歯の治療は早めに受けるようにしていますか。
- ⑦ 歯ぐきから血が出ることがありますか。
- ⑧ 歯みがきを1日2回以上していますか。
- ⑨ 自分の歯ブラシがありますか。
- ⑩ たばこを吸いますか。

はい

0

0

0

3

2

1

0

1

1

0

いいえ

4

3

3

0

0

0

1

0

0

1



合計得点が高いほど、歯や歯ぐきの健康状態は良好！

合計得点は何点でしたか？ (20点満点)

合計 _____ 点

合計得点が

15点以下 なら… **歯を失うリスクが高いです。**



歯医者さんに相談しましょう。歯科健診も、年に1度は必要です。今日から、「0点」の項目を1つでも減らすことができるように心がけましょう。

「①歯ぐきが腫れる」「②歯がしみる」「⑦歯ぐきから血が出る」などの症状は、歯周病やむし歯の大切なサインです。また、「④間食の習慣」や「⑩たばこ」などの生活習慣やストレスも関わりがあります。

16点以上 なら… **歯や歯ぐきの健康状態もよく、歯を失わないための生活ができています。**

セルフケアの歯みがきでは、歯磨き剤、歯ブラシとともに、歯間ブラシやデンタルフロスなどを使いましょう。

問い合わせ先

安城市保健センター ☎0566-76-1133

健康日本21 安城計画
第2次
からいいきいきこころのびのび