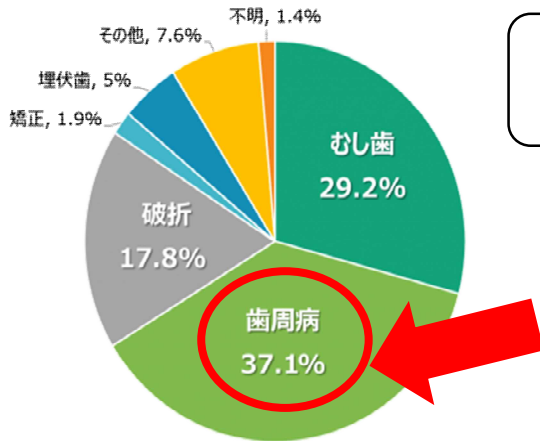


# いきいき歯つらつ



食事を美味しく楽しむことができるように、歯は80歳になっても20本以上保つことが推奨されています。



出典：公益財団法人8020推進財団「平成30(2018)年 第2回永久歯の抜歯原因調査」

歯の本数が多いと健康寿命が長くなる

歯を失う最大の原因  
歯周病

75歳以上で20以上の歯を持つ人は半分程度といわれています。

## 〈歯周病ってどんな病気？〉

口の中にはたくさんの細菌が住んでいます。

歯磨きがしっかりできていないことや甘い物をたくさん食べることで、細菌が歯垢(プラーク)となり、歯の周りの歯茎や、歯を支える骨を溶かしてしまう病気です。

## 〈歯周病は歯だけの問題ではない！〉

歯周病は誤嚥や血液を經由し全身へと流れ、肺炎や糖尿病、心筋梗塞など全身疾患を引き起こす原因にもなります。

歯の生活習慣病ともいわれる歯周病

- ・バランスの良い食事をする
- ・適度に運動をする
- ・質の良い睡眠を取る

以上のように生活習慣を整えることも歯周病予防につながります。

## 〈歯間ブラシやデンタルフロスの活用！〉

普段の歯磨きに加え、歯間ブラシなどを使用して歯と歯の間の歯垢もしっかり落とすことが大切です。



## 〈定期的な歯科検診が大切！〉

お口のお手入れが十分にできているか、定期的に歯科検診を受診しましょう。



## 歯周疾患等検診（無料）のご案内



歯を失う最大の原因は歯周病とむし歯です。



★ 普段の歯磨きやお口のお手入れは十分でしょうか？

★ 歯科検診の結果より、20～30歳代の6割以上の方が歯肉に問題があり、55歳以上では歯周病が原因で歯を失う人が多くなるといわれます。

市の歯周疾患等検診では、むし歯や歯周ポケット、歯肉や歯石の付着状態など口の健康状態を確認します。

定期的に検診を受け、いつまでも自分の歯で美味しく食べられるようにしたいですね。



【対象年齢】30歳・35歳・40歳・45歳・50歳・55歳・60歳・65歳・70歳  
(令和7年4月1日時点)

【実施内容】虫歯や歯周病の検診、口の中の健康チェック

【検診料金】**無料**(ただし、検診の結果、治療が必要な場合、治療費は保険診療です。)

【実施期間】令和6年4月1日～令和7年3月31日まで(日・祝日除く)

【申込方法】下記の歯科医院へ直接お申し込みください。

※現在治療中の人や総入れ歯の人は受診できませんので、ご注意ください。

### 【歯周疾患等検診実施歯科医院一覧】

歯科医院名	電話番号	住所	歯科医院名	電話番号	住所
田村歯科医院	52-2945	南町	土田歯科医院	52-4044	原町
山下歯科医院	52-3873	本町	三股歯科医院	53-6633	江良町
花ヶ丘三股歯科医院	53-8020	北町	尾池歯科医院	54-1182	曾根町
山内歯科医院	52-0573	春原町	安藤歯科医院	52-7039	鶴町
たきい歯科クリニック	55-1588	塩見	大原歯科医院	55-0126	鶴町
赤木歯科医院	54-0511	財光寺	長友歯科クリニック	52-3537	鶴町
大川歯科医院	54-1818	財光寺	大王谷長友歯科	52-2057	亀崎西
さかい歯科口腔外科医院	66-6480	財光寺	小林歯科医院	53-7464	亀崎東
治田歯科医院	52-6430	財光寺	関本歯科医院	52-2938	細島
ほり歯科医院	55-1414	財光寺	三股病院歯科	58-1636	美々津
鮫島歯科医院	53-5525	永江町	土田歯科クリニック	69-3211	東郷町

【問い合わせ先】日向市役所 健康増進課 電話:0982-66-1024