

# 定期的な検診で 健康な歯を守ろう

歯や口の中の健康を保つことは、豊かな人生を送る基礎となるものです。そのためには、歯科疾患を早期に発見し予防することが重要です。市では、子どもからお年寄りまでを対象に歯科相談や健診を実施していますので、積極的に受診しましょう。



## 成人歯科検診が始まります

30歳を過ぎると、知らないうちに歯周疾患にかかっている人が増加します。歯周疾患は、必ずしも痛みなどが伴わないので、自覚することが難しいためです。その結果、40歳代を境に重症化してしま

対象 平成15年度末(平成16年3月31日現在)の年齢が40歳・50歳の人(現在治療中、または定期的に医療機関で歯科検診を受けている人を除く)

小さいときからの予防が大切な2歳児歯科検診

う人が増え、そのまま放置しておくと、いずれ歯が抜けてしまつことになりかねません。市では、歯周疾患の予防や早期発見に役立ててもらおうと、40歳・50歳の人を対象とした「成人歯科検診」を実施します。

期間 6月1日(日)～11月30日(日)

会場 成人歯科検診実施歯科医療機関(左表)

内容 歯科検診、保健指導

自己負担額 500円

受診方法 歯科医療機関に直接予約

日時 毎月第2木曜日 午後1時

料金 無料

会場 保健福祉館

内容 歯科検診、フッ化物歯面塗布(希望者)、個別相談など

約 2時間

対象 2歳6カ月児(毎月検診日の約2週間前に個別通知します)

料金 無料

会場 保健福祉館

内容 歯科検診、フッ化物歯面塗布(希望者)、個別相談など

約 2時間

会場 保健福祉館

内容 歯科検診、フッ化物歯面塗布(希望者)、個別相談など

約 2時間

会場 保健福祉館

内容 歯科検診、フッ化物歯面塗布(希望者)、個別相談など

約 2時間

会場 保健福祉館

成人歯科検診実施歯科医療機関	電話番号
ポプラ歯科医院(東町)	22-9578
新橋歯科医院(幸町)	22-0208
諸岡歯科医院(幸町)	22-2146
日暮歯科医院(幸町)	22-0329
たんぼぼ歯科医院(花崎町)	22-1325
グランド歯科医院(花崎町)	22-0672
岡田歯科医院(花崎町)	22-4976
タカハシ矯正歯科(花崎町)	22-0077
コスモス歯科馬橋クリニック(馬橋)	24-0648
成田イオン歯科(土屋)	23-8277
アン・デンタルクリニック(土屋)	22-0776
オカモト歯科医院(郷部)	23-3303
大木歯科医院(不動ヶ岡)	24-2030
藤田歯科医院(不動ヶ岡)	24-3233
笠井歯科医院(囲護台)	22-3572
あべ歯科医院(囲護台)	24-0805
渡辺歯科クリニック(囲護台)	24-4188
池田歯科西(囲護台)	24-0450
ミサト歯科医院(美郷台)	24-3370
さくら歯科クリニック(美郷台)	24-5454
佐野歯科医院(大袋)	22-3631
平田歯科医院(飯田町)	23-0576
とみさわ歯科医院(飯田町)	27-5015
いしだ歯科医院(飯田町)	28-8791
のうち歯科クリニック(並木町)	24-2566
青柳歯科クリニック(公津の杜)	29-3168
小出歯科医院(公津の杜)	28-1452
伊藤歯科医院(公津の杜)	29-0418
栄歯科医院(大竹)	26-8060
大野歯科医院(大生)	36-1523
三里塚歯科医院(本城)	35-5215
渡部歯科医院(三里塚光ヶ丘)	35-3090
藤崎歯科医院(三里塚御料)	35-0269
角田歯科医院(西三里塚)	35-2277
野澤歯科医院(吾妻)	28-2211
ながい歯科医院(加良部)	28-6377
メイヨ歯科成田ニュータウン診療所(加良部)	27-5481
斉藤歯科医院(橋賀台)	26-6480
さいとう矯正歯科クリニック(橋賀台)	26-6226
大森歯科口腔外科医院(玉造)	28-3852
ハヤシダ歯科医院(玉造)	27-8548
吉田歯科(日本航空成田オペレーションセンター3階)	34-8148
成田病院(押畑)	22-2551
聖マリア記念病院(取香)	32-0711



きれいに磨けているね



保育園での歯磨き指導

## 歯の健康相談で 定期的にチェック

毎月第1水曜日には、歯科医師・歯科衛生士・栄養士が相談に応じる歯の健康相談を実施しています。

日時〓毎月第1水曜日 午後1時30分～2時30分

会場〓保健福祉館

内容〓歯科医師による個別相談、歯磨き実習など

## 通院が困難な人には 在宅訪問歯科診療

寝たきりのため、歯科医院に通院することが困難な人を対象に、訪問による歯科診療や歯科保健指導を行っています。

対象〓市内に住んでいる人で、寝たきりのために通院による歯科治療が困難であり、在宅で歯科治療が可能な人

診療の内容〓入れ歯に関する治療や応急処置、一般歯科治療や応急処置、口腔の健康に関する指導など

申し込み〓健康管理課 ☎ 27-1111へ

歯や口腔の健康でいきいきとした毎日を

歯や口腔内の健康を保つことができる。バランスの取れた食事をおいしく楽しく食べることができ、生活習慣病の予防に役立ちます。また、かみ合わせが保たれて顔の表情が若々しく豊かになり、スポーツなどの趣味を楽しんだり、コミュニケーションを活発にしたりするなど、楽しい人生を送ることに繋がります。

定期的に歯科検診を受け、口腔の健康状態を知り、セルフケア（自己療法）の方法を身に付けましょう。

各種歯科検診や相談についてくわしくは健康管理課（☎27-1111へ）。

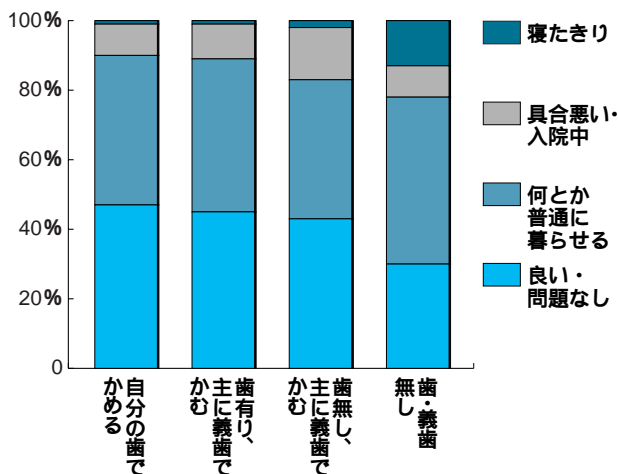
歯や口腔の健康を目指して—健康ちば21の目標—

## 歯や口腔の健康を目指して—健康ちば21の目標—

県では、国が掲げた「健康日本21」「健康増進法」に基づき、県民の健康づくり運動として「健康ちば21」をはじめ、「丈夫な歯 介護知らずで お達者で」をスローガンに県民の歯の健康づくりを支援しています。

下のグラフは高齢者の歯と健康状態を調査した結果です。主に自分の歯で食べることができる人は、「健康状態は良好」「悪いところはない」という人が多いのに対して、すべての歯を失った人、中でも義歯も使用していない人は「入院中」「寝たきり」の人が多くことが分かります。健康的な生活を送るためには、口腔内を良好な状態にしておくことが重要だと考えられます。

健康状態	良い・問題なし	何とか普通に暮らせる	具合悪い・入院中	寝たきり
自分の歯でかめる	47%	43%	9%	1%
歯有り、主に義歯でかむ	45%	44%	10%	1%
歯無し、主に義歯でかむ	43%	40%	15%	2%
歯・義歯無し	30%	48%	9%	13%



成人期における具体的な目標が次のように、示されています（平成12年千葉県歯科保健実態調査より）

1) 40歳・50歳で、進行した歯周疾患にかかっている人の割合

年代	現状	目標値
40歳代	30.4%	20%以下
50歳代	40.5%	30%以下

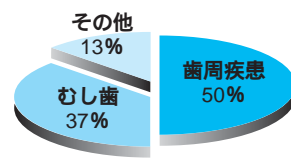
2) 定期的に歯科検診を受けている人の割合

年代	現状	目標値
60～64歳	44.1%	60%以上

また、歯科疾患を予防するための目標として次の項目を掲げています。

- 〇むし歯予防のため、フッ化物歯面塗布を受けましょう。
- 〇間食の回数を減らしましょう。
- 〇千葉県の農水産物を利用して、よくかんで食べる習慣を身に付けましょう。
- 〇むし歯の予防にフッ化物入りの歯磨き剤を使用しましょう。
- 〇歯間部清掃用器具（デンタルフロスや歯間ブラシ）を使って歯と歯ぐきの手入れをしましょう。
- 〇定期的に歯科検診、歯口清掃、歯石除去を受けましょう。

### 40歳以上の人が歯を失う原因



### 【8020（ハチマルニイマル）運動】

なんでもおいしく食べるには、20本以上の自分の歯が必要だといわれています。8020運動は「80歳で20本以上の歯を保ち、健やかで充実した生涯を送りましょう」と、歯の健康づくりの大切さを呼び掛けているものです。