

# 目指そう! 8020

## 口から始める健康づくり

8020(ハチマルニイマル)運動は、「80歳になっても20本以上の歯を残そう」という運動です。しっかりかんでゆっくり食事をすることで生活習慣病やメタボリックシンドロームを予防できることがわかっています。



### 成人歯科検診実施歯科医療機関

医療機関名	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
もろおか歯科歯列矯正クリニック(幸町)	22-2146
日暮歯科医院(幸町)	22-0329
はぎわら歯科医院(上町)	20-4180
たんぼ小児歯科(花崎町)	22-1325
岡田歯科医院(花崎町)	22-4976
タカハン矯正歯科(花崎町)	22-0077
グランド歯科医院(花崎町)	22-0672
成田イオン歯科(ウイング土屋24)	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(囲護台)	22-3572
コスモス矯正歯科医院(囲護台)	23-4188
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
ノウチ歯科クリニック(並木町)	24-2566
青柳デンタルオフィス(公津の杜)	29-3168
小出歯科医院(公津の杜)	28-1452
公津の杜あべ歯科クリニック(公津の杜)	28-6555
伊藤歯科医院(公津の杜)	29-0418
栄歯科医院(大竹)	26-8060
成田病院(押畑)	22-1500
大野歯科医院(大生)	36-1523
三里塚歯科医院(本城)	35-5215
聖マリア記念病院(取香)	32-0711
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
歯医者のおらクリニック(赤坂)	27-0064
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
ユニクス成田歯科(橋賀台)	27-8241
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
池田歯科ターミナルクリニック(成田空港内)	32-8753
川畑歯科医院(猿山)	96-0025
下総歯科クリニック(名古屋)	96-3999
来光台歯科医院(吉岡)	73-7350

### 8020運動は赤ちゃんから

子どもの歯は妊娠中に作られます。お母さんの健康への気遣いは、歯が丈夫な元気な赤ちゃんを産むために必要です。子どものころに身に付いたむし歯を予防するための習慣は、8020の達成に欠かせないものです。

市では、母親学級や幼児歯科健診を行い、歯の健康づくりの大切さを伝えていきます。

**1歳6カ月児歯科健診**：1歳6カ月の人が対象。歯科健診や歯の健康づくりのための講義も実施しています。

月の子どもが対象。1歳6カ月の児健診と同時に実施します

**2歳児歯科健診**：2歳6カ月の子どもが対象。希望者にはフッ化物歯面塗布を行います

**3歳児歯科健診**：3歳6カ月の子どもが対象。3歳児健診と同時に実施します

### 定期チェック! むし歯、歯周疾患は生活習慣病

むし歯や歯周疾患は歯垢の中に潜んでいる細菌によって引き起こされる病気ですが、これらの病気は生活習慣に深く関係しています。8020達成のために、生活

習慣を見直してみよう。

市では歯周疾患の予防や早期発見、また歯や口の病気が影響する全身の病気を予防するために、成人歯科検診や歯の健康相談を行っています。

### 成人歯科検診

対象 40歳以上の市民(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は除く)  
実施期間 6月1日(火)～11月30日(火)  
自己負担額 500円(70歳以上の人は自己負担なし)

の人は自己負担なし)  
受診方法 希望する歯科医療機関に直接予約  
歯の健康相談  
日時 毎月第1水曜日(11月は第

2水曜日、1月は除く) 午後1時30分～2時30分  
会場 保健福祉館

内容 歯科医師・歯科衛生士による個別相談、保健指導、歯みがき実習など

※くわしくは健康増進課(☎27-1111)へ。

