

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歳になっても自分の歯を20本以上保とう」という運動です。しっかりとゆつくり食事をするこで、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分かっています。

8020運動は妊娠中から

子どもの歯は妊娠中に作られます。元気で歯が丈夫な赤ちゃんを産むには、お母さんの健康への気遣いが必要です。また、子どもの頃に身に付いた、むし歯を予防するための生活習慣は、8020の達成に欠かせないものです。

母親学級：主に初めて母親になる人が対象。歯科健診や歯の健康づくりのための講義を実施しています

1歳6カ月児歯科健診：1歳6カ月の子どもが対象。1歳6カ月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

5歳児歯科健診：5歳の幼稚園・保育園へ未就園の子どもが対象。5歳児健診と同時に実施します

健康教育：市内の保育園児や児童・生徒を対象に、歯の健康教育を実施しています

定期検診で8020達成

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ましよう。

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を除く）

期間：6月1日（金）～11月30日（金）

内容：歯科検診、保健指導

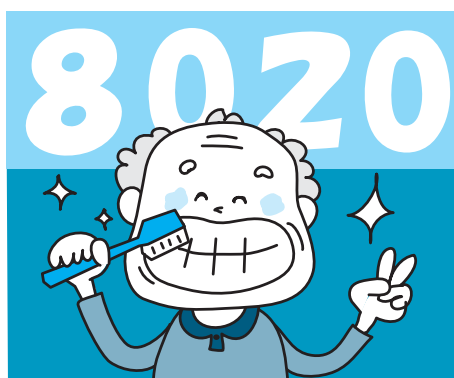
自己負担額：500円（70歳以上の人は自己負担なし）

受診方法：希望する歯科医療機関（左表参照）に直接予約

歯の健康相談

日時：第1水曜日（1・5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。



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
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
たんぼぼ小児歯科（花崎町）	22-1325
岡田歯科医院（花崎町）	22-4976
タカハシ矯正歯科（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）	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
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
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
歯医者そのらクリニック（赤坂）	27-0064
ユニクス成田歯科（はなのき台）	27-8241
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
渡辺歯科クリニック（加良部）	36-7911
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
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
田中歯科医院（猿山）	96-2257
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
成田病院（押畑）	22-1500
聖マリア記念病院（取香）	32-0711