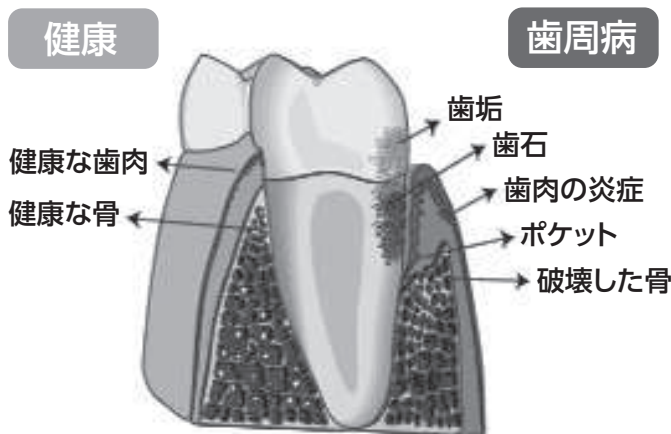


# 大切な歯を守るために 成人歯科検診(歯周病検診)を受けましょう

食生活に欠かすことができない歯。いつまでも自分の歯で食事を楽しむために、歯の健康を守りましょう。

## ◆歯垢と歯石

歯垢は食べかすではなく、口の中の細菌が集まってできたものです。歯垢を放置すると唾液に結びついて、歯石になります。歯垢1mg中には約10億の細菌が住み着いていると言われ、この中で細菌は繁殖し、歯周病や虫歯の原因となる毒素を出します。



## ◆歯周病とは

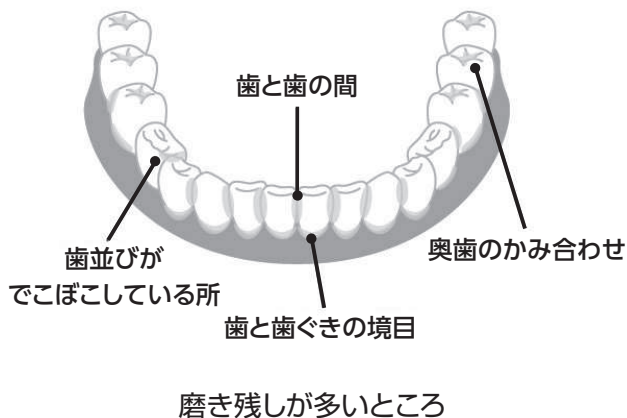
成人の約8割がかかっていると言われ、歯垢の中の歯周病菌が出す毒素が原因で起こります。初期には歯ぐきの炎症による腫れや出血がみられ、進行すると歯と歯肉の間に溝(ポケット)ができたり、歯を支える骨が破壊され、最終的には歯が抜け落ちたりします。また、歯周病菌が血液に入り、細菌の出す毒素などが全身に回ることで病気を引き起こすことがあります。糖尿病、心臓病、骨粗しょう症、肺炎などは歯周病と関連が深いと言われています。

## ◆定期的に検診を受けましょう

歯周病の恐ろしい点は、初期には痛みを感じることもなく症状がどんどん進むことです。いつまでも自分の歯を健康に保つためには、早期発見・治療が重要です。体の健診とともに、歯の検診も定期的に受けましょう。

## ◆予防の基本はブラッシング

歯垢を取るには「食べた後磨く」を心掛けましょう。また、1本ずつ特にかみ合わせ部分の溝や、歯と歯ぐきの間などは丁寧に磨きましょう。デンタルフロスや歯間ブラシなども合わせて活用するとよいでしょう。



## 成人歯科検診(歯周病検診)を行います

対象者には、8月末までに案内を送っています。

- 対象者 40歳・50歳・60歳・70歳の人(昭和52年・42年・32年・22年生まれの人)

## ●実施期間

9月1日(金)～12月31日(日)の診療時間内

## ●検診料金

- ◇40歳・50歳・60歳 500円
- ◇70歳 無料

※詳しくは、案内を確認してください。

## ●問い合わせ先

すこやか長寿課健康長寿担当

☎(501)2222

## 親子で遊んでお友達をつくろう あかちゃん広場

はじめての出産、はじめての子育て、ホッと一息つきませんか。

- 対象者 生後3～12カ月の子どもとはじめて子育てをする親
- 日時
  - ◇東・北地区に住んでいる人  
10月10日(火) 午前10時半～正午
  - ◇南・中央地区に住んでいる人  
10月24日(火) 午前10時半～正午
- 会場 子ども情報センター(すこやか交流プラザ3階)
- 参加費 無料
- 問い合わせ先 子育て支援センターついで(筒井保育所内)  
(平日 午後1時～4時) ☎(573)8219