



～ 11月8日はいい歯の日～

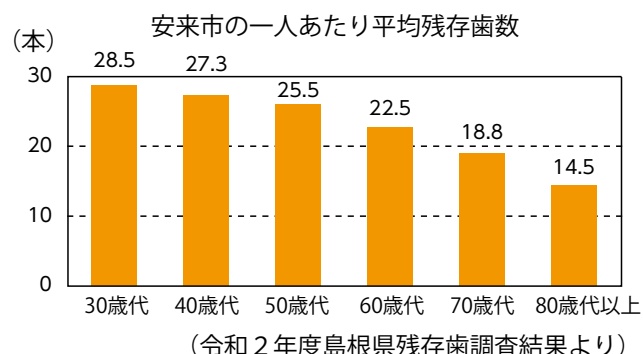
お口の健康を保つため 定期的な歯科健診を

■問い合わせ いきいき健康課 ☎ 23-3220

80歳で自分の歯が20本残っていれば、ほとんどの食べ物をしっかり噛めて、食事に困らず、健康でいられる可能性が高いことが分かっています。

歯を失う2大原因 むし歯と歯周病

歯周病のある人は加齢と共に増加し、50～60代では歯を失う主な原因になっています。安来市でも、50歳代頃から残っている歯の数が減り始めています。重度の歯周病を放置すると、歯を失うだけでなく、誤嚥性肺炎や糖尿病、心疾患など、さまざまな病気のリスクが高まります。楽しく社会参加を続けるためにも、お口の健康と機能を守ることが大切です。



元気なうちから歯はいのち講座

いつまでもおいしく自分の歯で食事をするために、歯周病に関する正しい知識と生活習慣を身につけ、歯の健康寿命を延ばしましょう。

内容 歯科衛生士による講話（歯周病予防、たばこと歯の関係、ブラッシング指導など）

対象 市内の事業所

各地区での健康教室等

日時 要相談（30分から1時間程度）

料金 無料

問い合わせ いきいき健康課

☎ 23-3220

お口の定期健診、受けていますか？

毎日のセルフケア（歯磨き、デンタルフロス、歯間ブラシ）で落とせる歯の汚れは約6割程度です。落とすきれなかった汚れが溜まり、むし歯や歯周病が知らない間に進行してしまうことがあります。むし歯や歯周病が発症すると、治療のために何度も歯科医院に通う必要が出てくる場合も。

「痛みがないから」「今は問題ないから」と、ついお口の健診を後回しにしていませんか？

年に1回は、痛みがなくても歯科医院へ行き、歯や歯ぐきの健康チェック、歯垢や歯石の除去をしてもらいましょう。

後期高齢者歯科口腔健診 を受けましょう



健診内容 歯や入れ歯の状態、食べる力（噛む力や飲み込む力、舌の動きなど）

対象者 令和7年度に76歳～86歳になる人
（昭和15年4月2日～昭和25年4月1日生まれ）

※対象の人には、7月下旬に「歯科口腔健康診査受診券」を送付しています。

期間 8月1日(金)～11月30日(日)
（歯科医療機関の休診日を除く）

料金 年1回に限り無料

受診方法 受診する歯科医療機関を決め、予約の電話をして受診します。

※詳しくは、対象の人へ郵送した「後期高齢者歯科口腔健診のご案内」を確認ください。

実施主体 島根県後期高齢者医療広域連合

☎ 0852-40-0043

問い合わせ いきいき健康課

☎ 23-3220

