



6月 保健センター便り

保健センター ☎ 67-1151

6月4日～10日は歯の衛生週間です

「歯ぐきの腫れが気になる」、「歯ぐきが下がった感じがする」などの症状はありませんか？それは、歯周病かもしれません。年に一度は健診を受けて、お口の健康状態をチェックしましょう。

歯周病ってどんな病気？

歯周病とは歯周組織の疾患の総称です。歯周病のうち、歯ぐきの方に炎症があるのは「歯肉炎」です。腫れを感じたら歯科医院を受診しましょう。



歯肉炎が進んで、歯を支える骨などにも炎症が及んだ状態は「歯周炎」と言います。歯がグラグラしたり、膿が出たりして口臭がきつくなってきました。



歯周病検診を受けよう

市では、満20歳・40歳・45歳・50歳・55歳・60歳・65歳・70歳を対象に無料の「歯周病検診」を行っています。対象の方へ、ハガキを郵送しますのでご確認ください。

歯周病になってからでは治療に時間がかかります。無料の対象以外の方も年に一度は歯科医院での定期検診を受けることをお勧めします。



歯周病検診を受けたら

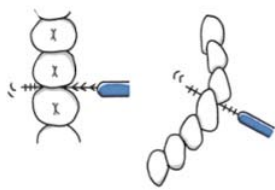
一番重要なのが歯肉の状態です。歯周病検診後、結果表にチェックがついた方や歯科医師から指導された方は、歯周病予防の歯みがき方法を身につけましょう。

歯周病予防のための歯みがき方法

歯の汚れが付きやすい部分は、「歯と歯ぐきの境目目」です。力任せにみがいても汚れはしっかり取れていません。汚れている部分に歯ブラシをピタッとあてて、細かく動かしましょう。



歯ブラシが届かない歯と歯の隙間には補助清掃用具の「歯間ブラシ」を使ってみましょう。隙間の掃除もすると口の中がとてもしつかりします。歯間ブラシのサイズは歯医者さんで相談しましょう。



歯の健康フェスティバルを開催します

とき 6月2日(日)

午前9時～午後1時

受付は12時30分まで

ところ 保健センター

内容

- ・ 歯科相談・講演会
- ・ フッ素塗布(小学生以下)
- ・ 矯正歯科相談
- ・ ホワイトニングについて
- ・ 入れ歯の手入れの相談など
- ・ むし歯菌をみてみよう
- ・ 立体人形の色付け
- ・ 石ころで手形をつくろう

(当日整理券配布)①午前9時②午前10時 ③午前11時 各40人
・ ファミリーブラッシング指導
・ 健康がまごおり21実践隊など

当日は内容が盛りだくさんです。申し込みはおりませんので、ご家族でお越しください。
※歯みがきをしてお越しください。

