

# 特集 口の健康は笑顔の源！ ～歯科健診を受けましょう

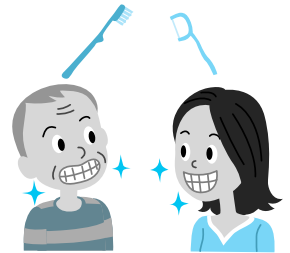
☎保健福祉センター健康づくり推進課保健衛生・がん予防係 ☎(260)5662 ㊚(260)1156

6月4日～10日は「歯と口の健康週間」です。この機会に、口の健康について考えてみませんか。

## 「第2次大和市歯及び口腔<sup>くわう</sup>の健康づくり推進計画」(2019年度～2023年度)を策定

市は、市民の皆さんの歯と口腔の健康づくりを一層推進するため、「第2次大和市歯及び口腔の健康づくり推進計画」を策定しました。同計画は、市民一人一人が自主的に歯と口腔の健康づくりに取り組めるよう、各ライフステージにおいて、市の現状と課題を考慮した具体的な取り組みを掲載しています。

同計画は、市役所情報公開コーナーや市のホームページなどで閲覧できます。



### 人ごとではない歯周病

同計画では、基本目標の1つに「歯科疾患の予防」を掲げています。虫歯とともに歯を失う大きな原因となっている歯周病を予防しましょう。

Q どのくらいの人が歯周病になっている？

A 40歳で7割以上の人が歯周病で(平成29年度成人歯科健診)、中学生でもおよそ4人に1人は歯肉に炎症がありました(平成29年度定期健康診断)。歯周病は決して人ごとではありません。

Q 歯周病を予防することはできる？

A できます。予防には次の2つのことが大切です。

- 毎日の口腔ケアでプラーク(歯垢)を除去すること
- 定期的に歯科健診を受けること。

### 口腔がんにも検診が大切

口腔がんは口の中にできるがんです。硬いしこりができたり、口内炎のような症状が長く続き、舌や歯茎、頬の粘膜などに多く発症します。喫煙、飲酒、虫歯や合わない義歯などが慢性的に口腔内に当たることなどが要因です。

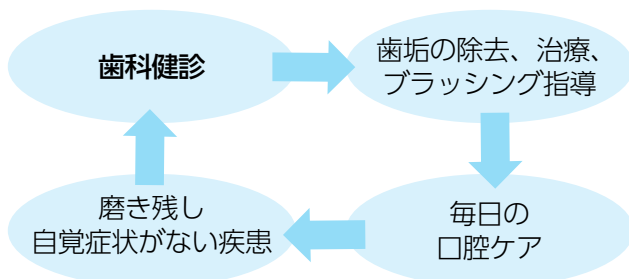
口腔がんになると口の機能を損ない、食事や会話などの大きな障がいになります。定期的な検診による早期発見、早期治療が重要です。

#### ■口腔がん検診を受診しませんか？

大和歯科医師会では、同会会員による口腔がん無料検診を実施しています。今年は7・9・11月に予定しています。詳しい日程や会場、申し込み方法などは、今後の広報やまどでお知らせします。

## 歯科健診を受けていますか？

歯周病や虫歯は、進行するまで自覚症状がほとんどありません。歯科健診を受けることで、歯周病や虫歯が悪化する前に、指導や治療を受けることができます。年に一度は歯科健診を受けましょう。



### ■成人歯科健診 5割

年度内に40・50・60・70歳になる人が対象。5月下旬に受診券を送付します。

実施期間▶6月1日(土)～11月30日(土)

費用▶500円

申し込み▶電話で各協力歯科医療機関へ。

※詳しくは個別通知をごらんになるか、お問い合わせください。

