歯ぐきのはれ・出血はありませんか？

歯周疾患にご用心！

～成人歯科検診を受けましょう～

歯周疾患とは、歯肉炎や歯周炎などの歯のまわりにある組織のいずれか、あるいはすべてに起こる病気です。心臓病、糖尿病などの病気と密接に関係し、生活習慣病の一つとされています。

市では、18歳以上の市民の方を対象に、成人歯科検診を実施しています。定期的に検診を受け、自分の歯の状態を正しく知り、生活習慣を見直してみましょう。

35歳を過ぎると8割以上が歯周疾患に

主な歯周疾患には、歯と根と骨をおおっている部分の歯肉（通称歯ぐきという）から炎症が起きて歯肉がはれる「歯肉炎」と、歯と歯をつないでいる骨（歯根骨）や歯を支えている骨（歯槽骨）にまで炎症が起こる「歯周炎」があります。

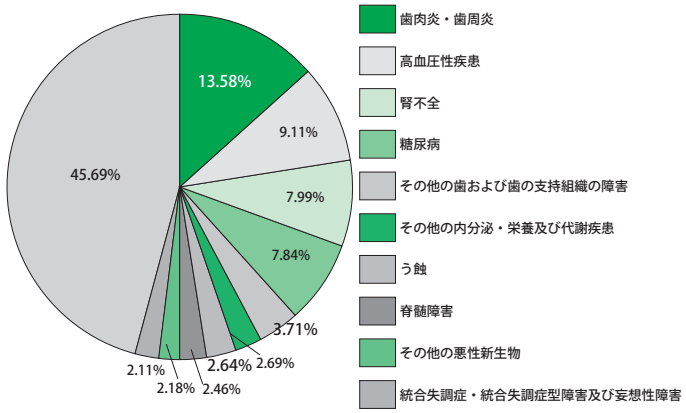
日本人は、35歳以上になると8割以上の人に歯周炎が見られ、50歳を境に歯を失ってしまう割合が急増します。

生活習慣病といわれる歯周疾患

最近では、歯周疾患は生活習慣病として位置づけられ、心臓病、糖尿病、喫煙、ストレスなどと密接に関係し、全身に大きな影響を与えることがわかっています。

歯周疾患を予防したり、コントロールしたりすることは、歯や口の健康を守るだけでなく、全身の健康を守ることにもつながります。定期的に検診を受け、自分の歯の状態を正しく知ることが大切です。

市では、10月に成人歯科検診を実施しますので、予防のためにもぜひ受診しましょう。



つくばみらい市の医療費状況
（H20.5月診療分　入院外）

●10月に実施する成人歯科検診

健診日	会　場	定員	申込期間・時間	申し込み方法
10月２日㈮	谷和原保健福祉センター	20人	９月７日㈪～18日㈮ 午前９時～午後５時 （土日を除く） ※定員になり次第、締め切ります	次のいずれかの方法でお申し込みください。 ①申し込み専用電話 ☎25（にっこり）-（つくばみらい）2983 ②健康増進課窓口
10月３日㈯	伊奈保健センター	20人		

※検診当日は、自己負担200円で「骨密度測定」が受けられます（希望者のみ）

問 健康増進課
（谷和原保健福祉センター内）
☎25-2100

保健カレンダー（９月）

○相　談

	日　時	会　場
移動健康相談（予約不要）	14日㈪ 午前９時30分～11時30分	谷和原保健福祉センター
こころの健康相談（予約制）	30日㈬ 午後１時30分～３時30分	谷和原保健福祉センター

●詳しくは、「健康管理予定表」をご覧ください。

○子どもの健診・教室など

会場：谷和原保健福祉センター

事業名	期　日	時　間	対　象
３～４カ月児健診	28日㈪	午後１時～２時	平成21年６月生
１歳６カ月児健診	17日㈭	午後１時～２時	平成20年２月生
２歳児歯科健診	４日㈮	午後１時～２時	平成19年８月生
３歳児健診	２日㈬	午後１時～２時	平成18年７月生
パパママ教室(予約制)	５日㈯	午前９時～正午	ご夫婦で参加できる方
離乳食教室(前半)	８日㈫	午後１時～２時	５カ月～８カ月児向け
離乳食教室(後半)	※予約制	午後２時30分～３時30分	９カ月～12カ月児向け
ひよこ広場(ピヨピヨ組)※	３日㈭	午前10時～11時30分	１カ月～８カ月児と保護者
ひよこ広場(コッコ組)			９カ月～12カ月児と保護者

※ピヨピヨ組は、谷和原公民館が会場です。

― 9月は、**健康増進普及月間**および**がん征圧月間**です ―