令和４年度　光市ふしめ歯周病検診対象者のみなさん

☆10年に1度のBigチャンス☆

口からカラダへ。
健口スマイル

★☆★　ふしめ歯周病検診のご案内は、１０年に１回です。ワンコイン「５００円」で検診を受けてお得　★☆★
★☆★　４０歳の方は、はじめて検診応援事業により自己負担額「無料」でさらにお得　★☆★

歯を失う原因は
むし歯だけではありません。
４０歳以上で歯を失う原因の
「41.8%」が歯周病です。
４５歳過ぎると４割以上が
進行した歯周病に罹っています。

検診を受けて確認!!

令和4年度　ふしめ歯周病検診受診券
健康　太郎 様

自己負担額	500円
検診期間	令和4年6月1日 ～令和5年2月28日

① 指定の歯科医療機関（裏面）に電話等で予約。
② ふしめ歯周病検診「受診券」と「５００円」を持参し検診を受ける。
※はじめて検診応援事業対象者（40 歳）、福祉医療費受給者、生活保護受給者は自己負担額「無料」
③ ４つの特典を受け取る。

そして４つの特典ゲット

～『光市歯周病チェック事業』～

光市内「指定歯科医療機関」でふしめ歯周病検診を受診すると・・・

① １本ずつ歯を磨く「**ワンタフトブラシ**」**プレゼント**【光市提供】
② 歯医者さんお薦めの「**歯ブラシ**」**プレゼント**【(一社）光市歯科医師会提供】
③ 歯の磨き方、歯周病についてわかる「**専用リーフレット**」**プレゼント**【光市提供】
④ 「**光市オリジナル健康手帳**」**プレゼント**
～　「自分の歯周ポケット数値が何 mm」と記録できます　～

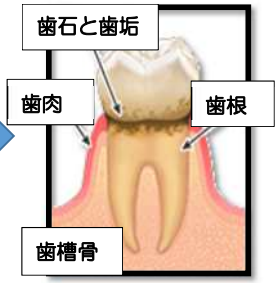
●今回の受診をきっかけに、「かかりつけ歯科医」を持ちませんか？
●歯科保健グッズを手に入れて、歯周病から歯を守るために正しいセルフケア（自宅でのケア）方法」を習得してみませんか？

歯と歯ぐきのすきまには
「歯周ポケット」があります。
健康な人は３mm以下です。

４mm以上は「歯周病」と診断され、
治療が必要となります。

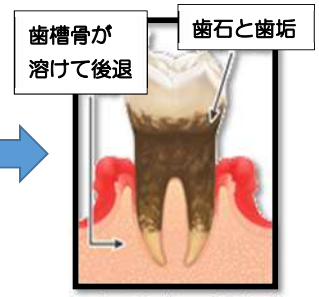
『あなたは、
自分のポケットが何 mm あるか
知っていますか？』

①健康な状態
●歯周ポケットは３mm以下
●歯ぐきの色はピンク色



②歯肉炎
●歯周ポケット周囲に汚れ
●歯ぐきが赤く腫れる

③歯肉炎（軽度）
●歯周ポケット 4～6mm
●ポケットが深くなり、歯の周囲の骨が溶け始める



④歯周炎（重度）
●歯周ポケット 6mm以上
●歯がグラグラし、膿が出る
●食事摂取が困難になり、いずれ歯が抜ける

歯周病予防は、「セルフ・ケア」と「プロフェッショナル・ケア」の2本柱

自分でできるセルフ・ケア

●寝る前の歯みがきは、５分以上の時間をかけて丁寧に行う。
●歯ブラシは、１か月に１回交換。
●歯ブラシだけでなく、補助用具を使う。
・歯を１本ずつ磨く「ワンタフトブラシ」や
歯と歯の間の汚れを取る
「糸ようじ（デンタルフロス）」を使用する。

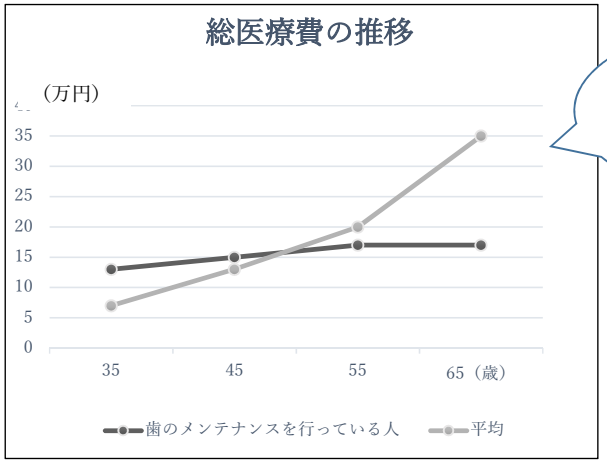
専門家によるプロフェッショナル・ケア

●歯のメンテナンスを定期的に行う。
・かかりつけ歯科医を持ち、半年～１年に１回は
歯科健診を受け、専門家による専門器具での清掃を受ける。
●歯みがき指導を受ける。
・磨き残しの確認、自分の歯並びに合った歯みがき方法を知る。
●歯周ポケットが変化していないか、測定してもらう。

歯のメンテナンスを行うと

年間医療費差「15万円!!」

歯が悪いと食事が偏り歯並びも悪くなります。
それが糖尿病や肩こりなどにつながり、全身の健康状態に影響を及ぼします。



65 歳でその差
15 万円！！

トヨタ関連部品健康保険組合が平成２３年に組合員５万2600 人に対して行った調査によると、48 歳で同額だった医療費は 65 歳で 15 万円の差が出ています。

ふしめ歯周病検診　指定歯科医療機関

地区	歯科医療機関名	TEL（大和地区以外は 0833）
室積	たむら歯科	79-0120
	松田歯科クリニック	79-2533
	守田歯科医院	78-0457
	友愛歯科医院	79-0517
光井	すずき歯科医院	71-4144
	佃歯科医院	72-5337
	藤本歯科診療所	71-1342
	みなみ歯科医院	72-8888
	森本歯科医院	71-1698
島田	大上歯科医院	71-4606
	しまた歯科医院	72-5545
浅江	あさえ歯科クリニック	48-8241
	儀本歯科医院	72-4200
	くにもと歯科	48-8750
	諏訪歯科医院	72-5755
	中川歯科医院	72-8049
	平田歯科医院	72-8148
上島田	よしはら歯科クリニック	76-0820
大和	ひかり歯科クリニック	0820-25-3933
	大和歯科医院	0820-48-4978

※詳しくは、広報ひかり６月号同時配布「けんしんガイド」をご覧ください。

問合せ先：光市健康増進課　ＴＥＬ0833-74-3007