

すこやかたより

めざせ!ハッピーライフあぐい21

保健センター
通信

オアシスセンター1階
TEL (48) 1111
(内311・312)

元気歯ツラツで健康増進

“80歳で20本の歯を残そう”という運動が「8020(はちまるにいまる)運動」です。

20本以上の健康な歯があれば、ほとんどの食べ物を自分の歯で不自由せず食べられることができます。

表情の豊かさを保つことや、はっきりとした言葉を話すことにも歯は大きな役割を担っています。年を取ってからも生き生きとした生活を送るために、若いうちから歯の健康に関心を持ちましょう。

8020を達成するために

よくかんで食べる。

よくかむことで唾液の分泌が高まって口の中が清潔になり、虫歯や歯周病を防ぎます。

甘いものをだらだら食べない。

口の中が汚れている時間が長ければ長いほど、虫歯や歯周病になりやすくなります。

毎日しっかり歯磨きをする。

タバコを吸わない。

タバコに含まれる有害物質によって歯周病になりやすくなります。

定期的に歯科検診を受ける。

歯の病気は自覚症状がなく自分で見つけることが難しいので、1年に一度は歯科健診を受けるようにしましょう。

節目歯周疾患検診を受けましょう

町では、今年度40歳・50歳・60歳・70歳になる方を対象に歯周疾患検診を実施します。

期間は、6月1日(火)から11月30日(火)までです。

対象の方には、個別にお知らせをします。この機会にぜひ受診してください。

<内容> 歯・顎関節・歯周病などの検査・ブラッシング指導など

<料金> 無料(ただし、治療に係る費用は本人負担です)

<持ち物> 保健センターから届いた通知書・健康保険証
医療機関に電話で予約をしてお出掛けください。

「むし歯予防デー」を開催

下記のとおり歯科健診、フッ素塗布を行います。

日 時	6月6日(日)
受付時間	午前9時30分～午前11時30分
場 所	町保健センター(オアシスセンター1階)
内 容	歯科健診、相談(大人・子ども) フッ素塗布(子ども)
費 用	無 料
問い合わせ先	町保健センター(オアシスセンター1階) ☎(48)1111(内311・312)

むし歯予防デーは、半田歯科医師会と阿久比町の共催で行います。

8020 表彰

80歳以上で20本以上自分の歯がある方を表彰します。該当者は申し込みください。

申込期限 6月23日(水)

対象年齢 昭和6年3月31日以前に生まれた方

以前に表彰を受けられた方は除きます。

<受診できる歯科医院～歯周疾患検診・8020表彰共通～>
阿久比町内の半田歯科医師会に加入している歯科医院です。

歯科医院名称	住 所	電話番号
石橋歯科医院	阿久比町宮津字名師15-1	☎48-8008
稲葉歯科医院	阿久比町福住字平野21-1	☎48-0262
クローバーこども歯科	阿久比町椋岡字唐松3-3	☎48-9608
関歯科医院	阿久比町卯坂字小谷103	☎48-6060
竹内歯科医院	阿久比町草木字花吹21	☎48-3939
中村歯科医院	阿久比町福住字高根台11-7	☎48-4139
ひがし台歯科医院	阿久比町板山字東台21-2	☎48-4601
やなぎその歯科	阿久比町阿久比字宮後32	☎48-3565
若子歯科	阿久比町卯坂字古見堂66-1	☎48-7234