



お口の健康を守ろう！

～ 歯周病を予防しましょう～

歯とお口の健康は、全身の健康状態にも影響を及ぼします。歯周病を予防して、いきいきとした毎日を過ごしましょう！

問合せ 健康福祉部長寿健康づくり室（あいあい ☎84-3316）

歯周病は生活習慣病です

歯周病は、歯周病原菌の感染によって起こります。歯と歯ぐきの間から歯周病原菌が入り込み、歯を支えている歯周組織が壊れていく病気で、メタボリックシンドロームなどの生活習慣病と強い関係があることが解明されています。

下図の4つの要因が悪い条件で重なると、歯周病になる危険性が高まります。

歯周病をつくる条件

歯周病発生！

1

《口腔内細菌》

歯周病菌をかかえこむ
しこ
歯垢・歯石など

2

《身体的な要因》

老化・遺伝・糖尿病・
肥満・骨粗しょう症・
歯並びが悪いなど

3

《かみ合わせ》

4

《生活習慣や環境》

不規則な生活・喫煙・
ストレス・偏食・歯ぎしり
歯みがきをしないなど

予防とケアは定期検診がおすすめ！

歯周病の予防には、毎日の歯磨きが大切です。

また、定期的に検診を受け、口の中の状態をチェックし、歯科医師や歯科衛生士から歯周病予防や処置についてのアドバイスを受けましょう。

かかりつけの
歯科医が
いると安心！



歯周病検診事業が始まります

対象者 平成28年度中に30・40・50・60・70歳になる人
実施期間 7月1日（金）～ 平成29年1月31日（火）

- ※ 対象者には6月下旬に「歯周病検診無料券」を個別通知しています。
- ※ 無料券は、個人通知文に記載の実施歯科医院でのみ使用できます。
- ※ 対象年齢など詳しくは、広報かめやま5月1日号と同時配布しました「健康づくりのてびき（29ページ）」をご覧ください。

