

いつまでも自分の歯で噛める幸せを！

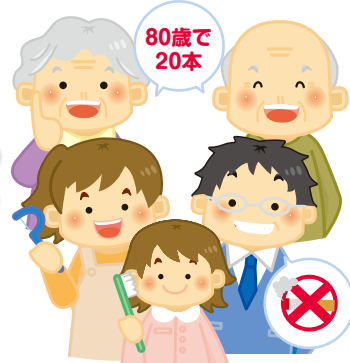
7月1日スタート！

高松市成人歯科健診

平成25年
4月1日
現在

40・50・60・65・70・75歳の方の
節目の無料健診です。

※歯科健診事業は高松市から委託されて高松市歯科医師会が行っています。詳しくは高松市歯科医師会に加入している医療機関でお聞きください。



急に!! 夜間・休日に歯のことで困ったら!!

高松市歯科救急医療センターへ
ご連絡ください。



お問い合わせ
診療のご予約は

☎087-851-1167

診療内容・時間	曜日	月	火	水	木	金	土	日・祝
休日救急診療 9:00～12:00 13:00～16:00		×	×	×	×	×	×	●
夜間救急診療 19:30～22:00		●	●	●	●	●	●	×
障がい者診療 9:30～12:30 13:30～16:30 完全予約制		●	×	×	●	×	●	×

※気象警報、災害警報の発令中は休診になることもあります。受診の際はTELにてご確認をしてください。※本事業は高松市の補助を受けて実施されています。

Message from Mayor

何でも自分の歯で噛み、おいしく食事をすることは、全身の健康を維持するためにとても大切です。日頃から、自分の歯や歯ぐきの状態に留心を持ち、歯科医院での定期的な健診でむし歯や歯周病の予防に取り組みましょう。80歳で20本以上自分の歯を保つ「8020運動」を実現するためにも、子どもの頃からむし歯や歯周病予防の正しい歯の生活習慣を身に付け、いつまでも健康で元気に暮らしたいものです。

本市では、妊娠期の口腔保健の増進を図るための妊婦歯科健康診査や40歳以上の一定年齢の方の成人歯科健康診査を、市内の歯科医療機関において無料で行っています。また、国民健康保険の加入者を対象とした歯科ドック助成事業も行っています。市民の皆様には、ぜひこうした機会を御活用いただき、歯と口の健康を維持されますことを願っております。

高松市長 大西 秀人

公益社団法人 高松市歯科医師会からのインフォメーション

高松市歯科医師会(1907年=明治40年創立)は本年4月1日より「公益社団法人」へ移行致しました。引き続き市民の皆様が、人生いつまでも健康で豊かな生き方を実現できますよう「歯と口腔の健康づくり」を目指し活動して参ります。さらに今後は災害時における対応(高松市と「災害時における歯科の医療救護活動に関する協定」を締結)、糖尿病をはじめとする全身疾患予防の見地からの歯周病対策等、歯科医療領域における公益事業の一層の拡充に努め、魅力ある高松市の健康長寿社会に貢献致します。 会長 梅村 謙二



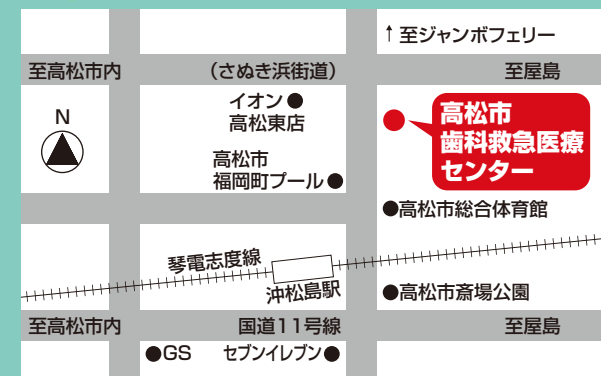
公益社団法人 高松市歯科医師会
〒760-0066 高松市福岡町3-36-23

連絡先

TEL: 087-851-1166
FAX: 087-851-1120

「もぐもぐだより」はホームページにも掲載中!
バックナンバー (vol.1～26) もご覧いただけます。

<http://www.418takamatsu.com/>



リニューアル
しました!!



歯医者さんからのかわらばん

今回は
予防歯科の
特集

もぐもぐ だより vol.27

公益社団法人
高松市歯科医師会
[もぐもぐだより 第27号] 2013年6月発行 年2回発行(6月・11月)
www.418takamatsu.com



むし歯・歯周病

口の中は
バイ菌だらけ
日頃のケアが
大切ね!



歯周病は
大病のはじまり
歯周病予防は
メタボ予防に
つながるね



歯周病は体の色々な病気と関係があるんだよ!中を見てね!

最新の予防歯科
快適な健康長寿のために子どものころからの
むし歯予防・歯周病予防が大事です!!

もぐもぐだよりのバックナンバー (vol.1～26)
<http://www.418takamatsu.com/mogumogudayori/>

インターネットで配信中

かんたん検索!

もぐもぐだより

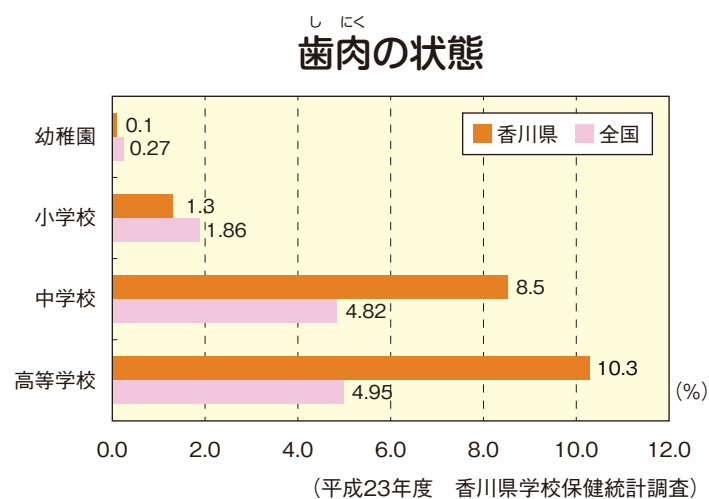
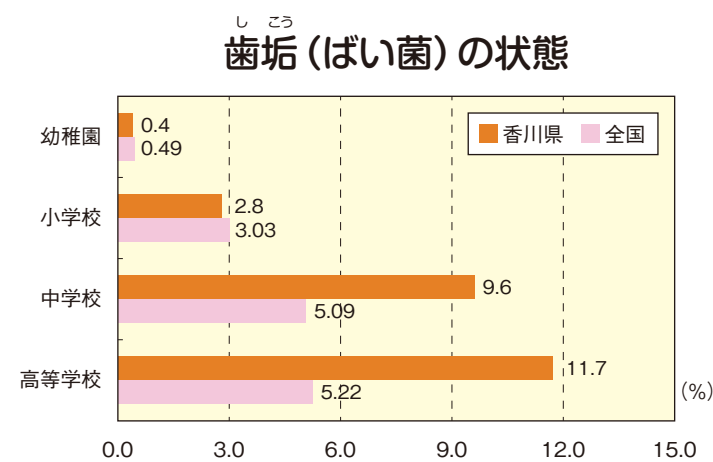
検索

慶應義塾大学医学部内科学教授
伊藤 裕先生の図を改変

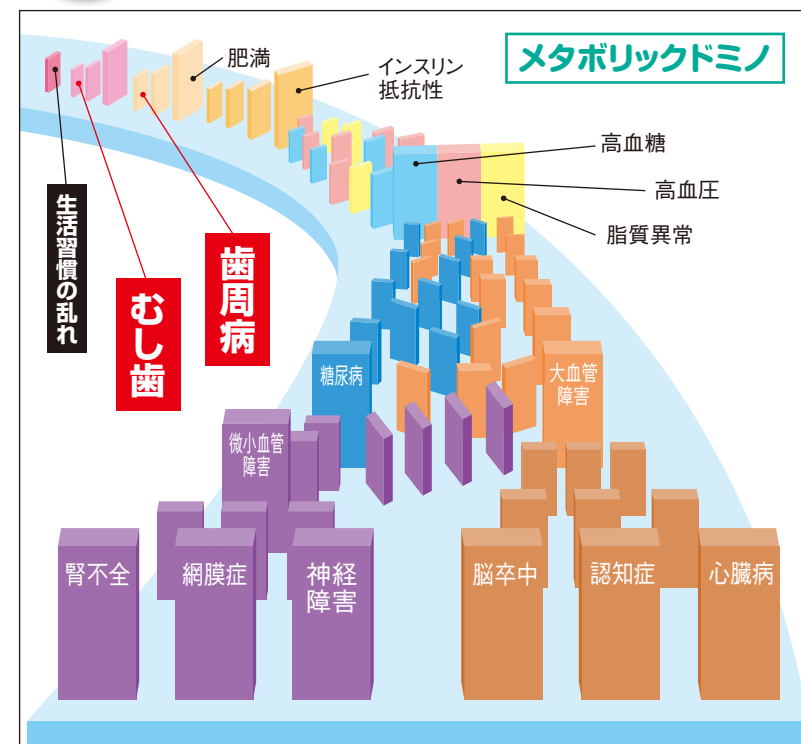
快適な健康長寿のためにしっかりと予防しましょう。

1 香川県の中学生に 歯周病予備群が全国の2倍近くも!

「2011年香川県学校保健統計調査」(下記グラフ)によると、香川県の中学生で歯医者さんの診断が必要な生徒(歯周病予備群)は、全国平均の約2倍です。高校生になるとさらに数字が上がります。将来、歯周病にならないために子どもの頃から気をつけて、しっかりとケアをすることが大切です。



2 歯周病になるとどうなるの?



歯周病にかかると歯周病菌が血流に乗って全身をまわり悪さをします。

左の図はメタボリックドミノといって、「生活習慣の乱れ」のドミノが倒れると、そこからいろいろな病気や病状が広がることを表しています。このドミノ倒しをできるだけ上流で止めることが健康長寿につながります。

むし歯や歯周病はメタボリックドミノの上流に位置しているといえます。

歯周病予防は全身の病気の予防でもあるのです。



歯周病と全身疾患の関連：AAP(アメリカ歯周病学会)、EFP(ヨーロッパ歯周病学会)によるコンセンサスレポート他

3 予防のスタートはマタニティ期から 家族みんなで、むし歯予防・歯周病予防を

歯周病が与える影響は赤ちゃんがお腹にいる時から始まっています。特にお母さんが歯周病にかかっていると低出生体重児のリスクが増大します。そして、子どもが将来様々な病気(高血圧、冠動脈疾患、二型糖尿病、脳梗塞、脂質異常症など)になりやすくなります。そうならないためにも、赤ちゃんにバイ菌がうつらないように家族みんなで口の中のバイ菌をへらすことが望ましいですね。



子どもの歯と口の健康づくり

年 齢		0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	
お口の中		歯がはえ始める時期		むし歯の治療が難しい時期		乳歯がはえそろう時期		顎(あご)が大きくなって歯の間にすき間ができる時期		第一大臼歯(永久歯)がはえてくる時期		乳歯がぬけはじめて永久歯がはえてくる時期 永久歯にはえかわる時期(完成)			
保護者の役割	ブラッシング(歯みがき)	歯がはえたら歯みがきスタート		上下の前歯		上下の前歯と奥歯		上下20本		永久歯がはえはじめ上下24本				すべて永久歯上下28本	
	食 物	離乳食 ●うす味で ●甘味をひかえて		おやつ ●栄養と楽しさを考えて。 ●1回の量と時間を決めましょう。 お菓子は要注意		外遊びが多くなります ●保育所、幼稚園での集団生活に慣れてきます。 ●規則正しい習慣をくずさないように。		すききらいのない様によく咬んでたべましょう ●顎(あご)の発育が悪いと永久歯の歯ならびに影響します。		栄養的にバランスのとれた食事をとり、食物そのものの味を味わおう。					
お子さんの役割		ブラッシング													
		●歯ブラシに慣れましょう		●自分で歯をみがく習慣をつくりましょう。		●できるだけ自分で、すみずみまでみがきましょう。		●永久歯も大切にみがきましょう。(大人の歯も見てください)		●永久歯と乳歯の混合歯列の時期です。 ●歯がでこぼこしてはえていますので注意してみがきましょう。		●永久歯になりました時間をかけてみがきましょう			

4 もっと予防のために歯医者さんへ行こう!!

生まれて来た赤ちゃんをむし歯のない元気な歯ぐきの子どもに育てるために、そして家族全員の健康長寿のために**家族みんなで継続してかかりつけの歯医者さんで、ホームケアでは不十分な部分のプラークコントロールをしてもらいましょう。**

- 1 口の中の悪い菌をへらし、常在菌の質を改善
- 2 自覚症状の少ない、むし歯・歯周病を予防、早期発見
- 3 生活習慣を見直す機会に ➡ 全身疾患のリスクを減らし健康長寿!

