

11月は

はちまるにいまる
「8020推進月間」です



8020運動とは…

「80歳になっても20本以上の歯を保とう」という運動です。

健康で豊かな生涯を送るためには、自分の歯でよく噛んで食べることが大切です。20本以上の歯があれば、どのような食べ物も噛みくだくことができ、味を楽しみながら食べることができるといわれています。

生涯、自分の歯で食べる楽しみが味わえるよう、はじめましょう！歯と口の健康づくり！

歯と口の健康づくりのポイント

●口の中を清潔に保ちましょう

歯を磨く際は、プラーク（歯垢）を除去することを意識して、丁寧に磨きましょう。

●むし歯・歯肉炎を予防しましょう

日頃からセルフケアにより、むし歯や歯肉炎を予防しましょう。

●定期的に歯科健診を受けるようにしましょう

むし歯や歯肉炎・歯周病などの予防や早期発見・早期治療のため、定期的に歯科健診を受診しましょう。また、口の中の状態は、一人ひとり違います。自分に合う歯の磨き方を指導してもらいましょう。

●健康づくりに取り組みましょう

歯と口の健康は、全身の健康と深く関係しています。いつまでも元気で、楽しく活動できるように、歯と口の健康づくりに取り組みましょう。

歯と口の健康は全身の健康にも通じています。いつまでも元気に活動できるように、体調管理に努めましょう。



半年に一度は歯科健診を受けましょう！

この機会にご家族で「歯と口の健康」を見直してみませんか？

朝日町で実施している歯科健診

対象の方には個別通知でご案内しています。（費用：無料）
お済でない方は、できるだけ早く受診してください。

検 診 名	対 象 年 齢	実施期間	実施内容
①妊婦歯科健診	朝日町在住の妊婦	妊娠中1回	歯科健診
②2歳児歯科健診	2歳3か月～6か月児	※朝日町健康カレンダーにて、ご確認ください。	歯科健診 フッ素塗布
③さわやか歯科健診 （歯周病健診）	令和3年3月31日時点で、 40歳、50歳、60歳、70歳の方。	8月1日（日） ～12月31日（金）	虫歯の診査、 歯周病の診査
④75才からのお口の健康チェック （後期高齢者歯科健康診査）	令和3年3月31日時点で、 75歳、77歳、80歳の方。	9月1日（水） ～12月20日（月）	口腔内の健診、 口腔機能評価

<問い合わせ先>

- ①～③子育て健康課（TEL 377-5652）
- ④保険福祉課（TEL 377-5659）、三重県後期高齢者医療広域連合（TEL 059-221-6884）

有料広告掲載欄

矯正相談 受付中

※自由診療です

- 大人の矯正 約50万円程度
- 子供の矯正 約5万円程度からご提案（床矯正 片額10万円程度）

<休診日>
水曜・日曜・祝日

診療日	月	火	水	木	金	土	日
9:30～14:00	○	○	×	○	○	○	×
15:30～19:00	○	×	×	○	○	○	×

暑はらだ歯科クリニック
桑名市新西方7-22イオンタウン桑名新西方内 ●休診 水曜・日曜・祝日
0594-27-5454

みんな人はぜひ一度ご相談ください

院長 原田 聡

2段階麻酔

- ◆麻酔の“チクリ”を抑える「表面麻酔」
- ◆注射液注入の不快を抑える「電動麻酔」

当院の痛みを和らげた治療、歯科恐怖症治療

歯科衛生士募集！
正社員・パート同時募集！
日曜日も休診となりさらに働きやすくなりました。

他業種のWワークも可能！
（詳しくは、お電話ください）