

健口（けんこう）であることが元気で長生きのカギ！

# 歯周病検診のご案内

## 日本人の2人に1人が歯周病？

歯周病は、歯周病菌の増殖によっておこる感染症です。

歯肉に炎症がおき、進行すると歯を支えている骨が溶けてしまいます。また、歯周病菌や炎症によって生じる物質は、糖尿病や動脈硬化、関節リウマチや骨粗しょう症、そして認知症など全身に影響を及ぼします。

歯周病は、  
自覚症状がないまま進行します。  
日本人の  
歯を失う原因 第1位です！



## 検診を受けるメリット



歯の健康状態がわかる … 治療が必要な歯の有無や程度

歯肉組織の状態がわかる … 歯肉の腫れや出血、歯周ポケットの有無

口腔清掃状態がわかる … 歯垢や歯石の付着状況

歯と歯周組織をより健康にする手がかりを得られる

歯や歯周組織の状態に関する説明や予防方法について保健指導を受けることができます。（治療や歯石の除去は検診内容には入りません）

歯科医師・歯科衛生士による専門的な検診が **無料で受診できます！**

【対象者】 満30歳・40歳・50歳・60歳・70歳の町民の方

※すでに治療中の方（治療により継続管理中も含む）は対象外です。

【受診時期】 令和8年4月～令和9年3月末まで

【検診料金】 無 料

【受診方法】 下記歯科医院へ事前に電話予約

※妊娠中の方は、予約時にその旨をお伝えください。

※検診時間は 30 分程

	しらとり歯科クリニック	山崎歯科クリニック	Youすまいる歯科	丘のまち歯科クリニック
住 所	北町1丁目20-19	中町1丁目4-36	本町4丁目4-5	丸山1丁目2番2号
電 話	0166-92-5577	0166-92-5511	0166-92-0045	0166-92-0882

【検診時の持ち物】 ・受診券（ハガキ）

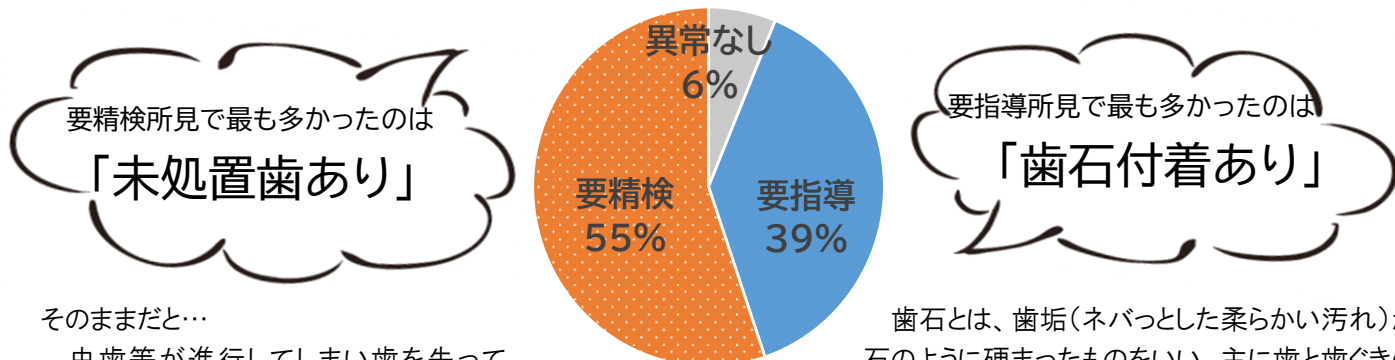
・身分証明書（マイナンバーカード等）

・妊娠中の方は母子手帳

お問い合わせ先 美瑛町保健センター TEL(0166)92-7000

# 歯周病検診受診者の9割は「なんらかの異常あり」という結果に！

美瑛町における検診受診者の結果をみると、年代にかかわらず要指導・要精密検査という判定になった方が9割以上を占めています。(過去5年間受診者計145名分析より)



そのままだと…

虫歯等が進行してしまい歯を失ってしまうことにもつながります。

歯石とは、歯垢(ネバつとした柔らかい汚れ)が石のように硬まったものをいい、主に歯と歯ぐきの境目につく汚れです。表面がざらざらしているため、非常に細菌がくっつきやすく虫歯や歯周病の原因につながります。

## 歯周病を予防するには…

### 適切なセルフケアを続ける

- ◆歯磨き 的確な口腔清掃を続ける  
(歯ブラシ以外の道具も活用し汚れを落とす)
- ◆食事 甘味飲食物の過剰摂取を控える
- ◆喫煙 禁煙により歯周病の予防効果あり



### プロケアによる支援を受ける

- ◆歯や歯肉組織の状態を調べる
- ◆歯の状態に合わせた適切な歯磨きの仕方など指導を受ける
- ◆歯石除去や歯のクリーニングなどを受ける



## 歯周病のセルフチェック☑

- 歯ぐきがムズムズしてかゆい
- 歯ぐきが浮いた感じがして、はれぼったい
- 歯を磨くと歯ぐきから出血する
- 朝起きた時、口の中がネバネバしている
- 歯ぐきを押しすと血や膿がでる
- 口臭を指摘された、自分で口臭があると感じる
- ◇ 歯ぐきの色が赤黒い、歯ぐきが腫れている
- ◇ 歯と歯の間に食べ物がはさまりやすい
- ◇ 歯を触ると、歯がグラグラする

監修: 東京歯科大学名誉教授  
和泉 雄一

### 軽度～中等度

※3つ以上で歯周病の疑いがあります

### 重症

※1つでも当てはまる方は検診ではなく早めの受診を検討ください！

この機会にぜひ歯周病検診を受けましょう！