



歯の健康について考えよう!

毎年6月4日～6月10日は「歯の衛生週間」です。
そこで、今月は歯の健康について考えてみましょう。

まずは5525、最後は8020

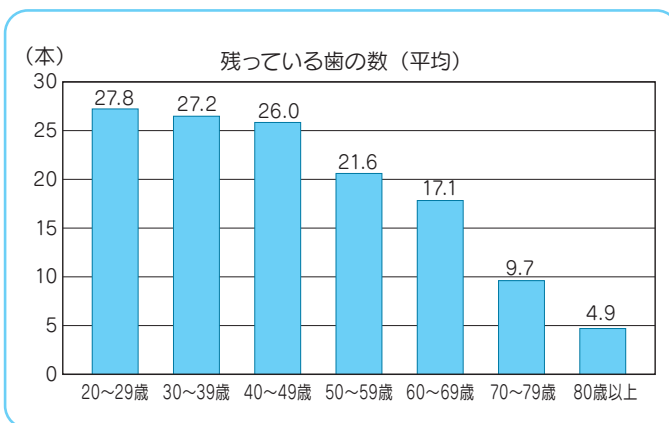
8020(ハチマルニイマル)運動という言葉を目にしたことがある方は多いと思います。8020運動とは、「80歳になっても20本以上の自分の歯を保つことで豊かな人生を」という考えのもとに、国と日本歯科医師会により提案された運動です。

国東市では、まずは55歳で25本の歯を保とうということ5525(ゴウゴウニイゴウ、ゴゴニジュウゴ)も提唱しています。

国東市民の歯の現状

平成19年度、国東保健所(現東部保健所国東保健部)と国東市では、住民健診受診者や乳幼児をもつ保護者を対象に歯科保健アンケート調査を実施しました。

その結果の一部は次のとおりです。



現在55歳(50～59歳)では21.6本、80歳以上では4.9本しか残っていません。

みなさん自分の歯は何本ありますか?

※永久歯は親知らず(第三大臼歯)4本を入れて32本です。



歯を失う原因は、歯周疾患とむし歯

私たちの生命活動は、食べることによって支えられています。食べるために大きな役割を果たしている体の一部に「歯」があります。

歯を失う原因はむし歯だけと思われがちですが、歯周疾患も大きな原因の1つです。中でも歯周疾患は、生活習慣病としても位置づけられ、気づかないうちに進行していることが多いのが特徴です。

○それ以外の社会保険等加入者
各医療保険者もしくは、お勤めの事業所

○後期高齢者医療制度加入者
大分県後期高齢者医療広域連合
097153411771

○国東市国民健康保険加入者
市民健康課国保係
097817215166

○特定健康診査受診券についての
問い合わせ先

※国民健康保険の被保険者(40歳～74歳)で、人間ドックを申し込まれている方には、既に受診券を送付していますので、受診日までに受診券が届いていない場合には、左記国保係にお問い合わせの上、必ず再交付等を受けて当日持参してください。

今後、住民健診や人間ドック等で特定健診を受診される方は、必ずこの「特定健康診査受診券」(受診券)をご持参ください。
特に、人間ドックを受診される場合、この受診券を忘れると特定健診部分の料金が全額自己負担になることもありますので、必ずご持参ください。

平成20年4月から40歳～74歳までの方には、特定健診を実施することが各医療保険者に義務づけられました。これに伴い、皆さんのご自宅に各医療保険者から「特定健康診査受診券」(受診券)が届きます。

健康診断を受けられる方へ