

ファミリー歯科健診のご案内

子どものみの受診もOK

歯の健康は、食事や会話を楽しむなど、豊かな生活を送るために必要なだけでなく、全身の健康ともつながっています。むし歯・歯周病の早期発見・早期治療のために歯科健診を受けて、歯の健康づくりに努めましょう。

- 対象者** 組合員・被扶養者
※受診日において、組合員及び被扶養者の資格を喪失された方は受診できませんのでご注意ください。
※被扶養者のみでの受診も可能です。
- 健診料金** **無料** 共済組合が全額負担します。
- 健診日・健診会場** このチラシに記載の「日程表」をご覧ください、ご都合のよい会場をお選びください。
- 申込方法** **スマホ** ● 右記の二次元コードを読み取り、WEBサイトから申込フォームへお進みください。
<https://www.kenkoujin.jp/kensin/kyoudoushika>
FAX ● この用紙右側の申込書に必要事項を全て記入し、キリトリ線で切り取り、(株)あまの創健 FAX(052-930-8061)へ送信してください。
※お申し込み内容に不備がある場合、予約の手配が遅れますのでご注意ください。
郵送 ● この用紙右側の申込書に必要事項を全て記入し、キリトリ線で切り取り、「封筒の作り方」を参考にして投函してください。(切手はご準備願います)
※お申し込み内容に不備がある場合、予約の手配が遅れますのでご注意ください。
- 申込締切** 健診日の2週間前。なお、申込締切後のお申し込みでも可能な場合がありますので、下記のお問い合わせ先にお電話ください。会場予約は先着順ですのお申し込みはお早めに！(各会場には定員があります。)
- 予約確定連絡** 後日、(株)あまの創健から予約確定を封書で連絡させていただきます。(受付後約7営業日後)
お申し込み会場が定員に達していた場合、別途ご連絡します。
※お申し込み後2週間以上連絡がない場合は、お手数ですが下記のお問い合わせ先にお電話ください。
- 健診受付時間** 混雑を避けるため、申込順により(株)あまの創健にて指定させていただきます。指定時間を守って受診してください。なお、健診所要時間は約15分です。
- お問い合わせ先** (株)あまの創健 ファミリー歯科健診受付係 TEL(052)930-8071(日祝を除く 月～土9:00～16:00)
各会場では、歯科健診の内容等に関するお答えはできませんので、会場への電話連絡はご遠慮ください。



歯科健診の内容

歯科医師による口腔内診査

- 全歯の健康状態チェック
 - 歯周病に関する診断
 - 歯石沈着度のチェック
 - 口腔清掃度のチェック
- 要治療者の方には受診をおすすめします

口腔内カメラ(大人のみ実施)

口腔内カメラで目撃せよ!!
口腔内カメラを健診に取り入れています。普段は絶対に見ることのできない奥歯や気になる部分を拡大してお見せいたします。



唾液ペーハー測定

お口の中はアルカリ性? 酸性?
口腔内のpH(ペーハー)が酸性に傾くとむし歯になりやすくなります。この検査では試験紙に唾液を付けて、色の変化によりpH値を測定します。自分の唾液が酸性かアルカリ性かをチェックしましょう!

歯のクリーニング

歯ブラシでは落とせない汚れをノックアウト!!
歯の表面についた着色や歯垢、歯石はむし歯や歯周病の原因になります。下あごの前歯のみクリーニングします。
POINT 歯周予防には定期的なクリーニングが効果的!
※既にきれいな状態であればクリーニングを実施しない場合がございます。予めご了承ください。

ブラッシング指導

歯科衛生士によるブラッシング指導
むし歯や歯周病の予防には、原因となる歯垢(プラーク)に負けない歯みがき術が大切です。歯ブラシだけでは、60%ほどのプラークしか除去できないため、デンタルフロス(糸ようじ)・歯間ブラシ・舌ブラシを使って、残り40%を根こそぎお掃除します。

POINT 受診者には歯ブラシ・デンタルミラーをプレゼント! さらに、上手にできたお子さまにはおもちゃをプレゼント!

フッ素塗布

フッ素パワーでむし歯に負けない強い歯づくり
歯をむし歯から守るために行う予防処置がフッ化物歯面塗布です。特に乳歯を丈夫な歯質にしておくことが、永久歯の歯質にも大きく影響します。むし歯菌の働きも抑制するため、フッ素を塗って強い歯を手に入れましょう!!
大人も対象!

日程表

会場No.	日程	エリア	会場名	住所	利用部屋	時間
1	8月17日(土)	松阪	松阪市産業振興センター	松阪市本町2176番地	人材育成講座室	9:30~12:30
2	8月18日(日)	四日市	四日市市勤労者・市民交流センター	四日市市日永東1丁目2-25	研修会議室	9:30~12:30
3	8月25日(日)	津	サン・ワーク津	津市島崎町143-6(津市労働会館内)	第2会議室	9:30~12:30
4	8月31日(土)	鈴鹿	鈴鹿市労働福祉会館	鈴鹿市神戸地子町388番地	中会議室	9:30~12:30
5	9月8日(日)	伊勢	三重県営サンアリーナ	伊勢市朝熊町字鴨谷4383-4	第3会議室	9:30~12:30
6	9月14日(土)	桑名	柿安シティホール(桑名市民会館)	桑名市中央町3-20	大会議室	9:30~12:30
7	9月22日(日)	伊賀	伊賀市ゆめぼりすセンター	伊賀市ゆめが丘1丁目1-4	大会議室	9:30~12:30
8	9月28日(土)	四日市	四日市市勤労者・市民交流センター	四日市市日永東1丁目2-25	研修会議室	9:30~12:30
9	9月29日(日)	津	三重県総合文化センター	津市一身田上津部田1234	中会議室(文化会館棟)	9:30~12:30

※会場都合により実施会場・部屋が変更になる場合がありますのでご容赦願います。 ※複数組合での合同健診です。

FAX 052-930-8061 申込書 三重県市町村職員共済組合専用

組合員氏名		〒	-		
住所					
組合員証記号	組合員証番号	電話 (昼間連絡のつく電話番号)	FAX番号	本人受診確認 (受診の場合は○を記入)	
		-	-	-	

※お申し込み内容に不備がある場合、予約の手配が遅れる場合があります。

受診者氏名	生年月日	性別	続柄 (どちらかに○印)	第1希望会場No.	第2希望会場No.
カナ	西暦 年 月 日	男・女	組合員・被扶養者		
カナ	西暦 年 月 日	男・女	組合員・被扶養者		
カナ	西暦 年 月 日	男・女	組合員・被扶養者		
カナ	西暦 年 月 日	男・女	組合員・被扶養者		
カナ	西暦 年 月 日	男・女	組合員・被扶養者		

※個人情報の保護について
三重県市町村職員共済組合と(株)あまの創健は、今回のお申し込みに関する個人情報をこの事業のみに使用し、それ以外の目的には使用いたしません。
※受診者数が上記に収まらない場合は、記載欄外に記入してください。

キリトリ線

のりしろ

のりしろ

のりしろ

ワンポイント講座

早めの治療で負担を軽く!

むし歯

むし歯とは、酸によって歯が溶かされてしまった状態です。奥歯の溝、歯と歯の間、歯と歯ぐきの境目といった場所に発生しやすいです。

C0 むし歯の始まり。この時点であればフッ素塗布等で対処できます。
治療例/シーラント、フッ素塗布等
治療費/自己負担約3,000円
(共済組合負担約7,000円)

C1 むし歯の始まりです。まだ痛みは無く小さな治療ですみます。
治療例/プラスチックや銀の詰め物等
治療費/自己負担約4,000円
(共済組合負担約9,300円)

C2 むし歯が大きくなり痛み始めます。冷たいものにしみたりします。
治療例/プラスチックや銀の小さな詰め物等
治療費/自己負担約6,000円
(共済組合負担約14,000円)

C3 むし歯が神経に達して我慢できない痛みとなります。神経を抜く必要があります。治すために何度も通う必要があります。
治療例/神経処置、金属の被せ物、差し歯等
治療費/自己負担約12,000円
(共済組合負担約28,000円)

C4 むし歯が骨に達した状態です。腐敗臭がしたり膿が口の中に出てきます。
治療例/抜き歯、入れ歯、ブリッジ、インプラント等
治療費/自己負担約30,000円
(共済組合負担約70,000円)

※C0、C1、C2、C3、C4はむし歯の進行度合となります。
※治療費は標準的な治療をした場合の目安です。

✂キリトリ線✂

461-0001

名古屋市東区泉1丁目10番10号

株式会社あまの創健

ファミリー歯科健診 受付係 行

84円切手を貼って投函してください

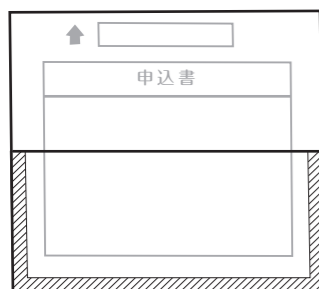
申込期限厳守

①山あり

封筒の作り方

手順1

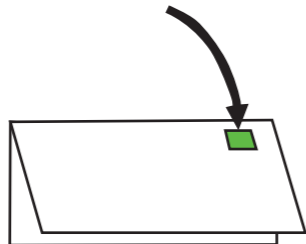
のりしろにのりをつけ①で山あり。



のりをつける

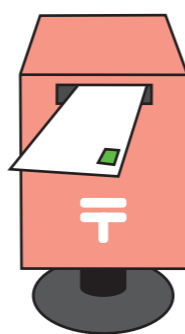
手順2

貼り合わせて表に切手を貼る。



手順3

ポストへ投函する。(切手必要)



✂キリトリ線✂

知覚過敏症

知覚過敏は、歯の象牙質と呼ばれる歯の柔らかい部分の露出が原因で起こります。象牙質が露出すると、歯髄に直接刺激が伝わるようになり、しみる不快感を引き起こします。

知覚過敏の発生原因

- ① 間違ったブラッシング。
- ② 多量の歯磨き剤の使用。
- ③ 歯周病によるもの。
- ④ 酸性環境によるもの。
- ⑤ 歯ぎしりや噛み合わせによるもの。

知覚過敏になってしまったら

- ① 知覚過敏用歯磨き剤を使う。
- ② 歯科医院での薬の塗布・コーティング。
- ③ 歯科医院で詰め物をする。



- 知覚過敏になりやすい原因
- 1 就寝前のフルーツジュースの飲用
 - 2 ストレスによる歯ぎしり、くいしばり
 - 3 電動ブラシとそれに対応していない歯磨き剤の使用



むし歯を予防しよう!

歯みがきの仕方

- 1 歯ブラシは毛先に注意。つま先やかかどが開いていない物を選びましょう。開いてしまうと清掃効果が悪くなります。
- 2 歯ブラシは歯と歯ぐきの間に45度の角度で当てます。そのまま1本ずつ小刻みに動かします。
- 3 歯ブラシは鉛筆を持つようにすると余分な力が入らず効率的に磨けるようになります。
- 4 歯みがきをする際には鏡を見ながら。

歯みがきの補助用具の使い方

歯ブラシでは良く磨ける部位とあまり磨けない部位があります。歯ブラシで落としきれなかった歯と歯の間の歯垢は歯磨き補助用具を活用しましょう。

歯磨きの補助用具

歯間ブラシ フロス(糸ようじ) フロス(糸)

歯間ブラシの使い方

歯の間に入る太さのブラシを選んで使いましょう。

フロスの使い方

歯の間に入れた後、歯に沿わせるように動かしましょう。

大人も対象! フッ素塗布

歯の表面のエナメル質は構造的に酸に弱く、溶けてしまいます。そうならないように構造を変え、強化することでむし歯予防ができます。そのために行うのがフッ素塗布です。

- フッ素塗布の効果
- ① 歯質が強化されます。
 - ② むし歯菌の活動を抑制します。
 - ③ 歯垢ができにくくなります。
 - ④ ミネラルの沈着を促進し、再石灰化を助けます。

フッ素塗布の行い方
歯の表面を清掃後、高濃度のフッ素を直接塗りこみます。効果を出すために最低30分飲食しないことが重要です。

家庭で行える方法

家庭で使える方法

フッ素入り歯磨き剤 フッ素入りジェル

マスク生活に変わり口腔内はどう変わったでしょうか

- ① 酸素供給力が低下し鼻呼吸から口呼吸に、それにより口腔内が乾燥→口腔内ネバネバ→口腔内細菌が増加
- ② 口を開く機会も減るため、かみしめ、ストレス性の歯ぎしりが増大
- ③ 舌の動きが鈍化により、唾液分泌の低下、自浄作用の低下

常に知らず知らずのうちに負荷がかかっている口腔内。歯科健診を受診することはどんなウイルス・細菌に対しても免疫を強くする手助けになります。健康な人生をおくるために是非ご受診ください。

引用元：協力健診機関：旺志会 浅井先生