

6月4日～10日は歯の衛生週間

各種の歯科保健事業を実施

歯は心と体の健康に影響を与えます。市はそれぞれの段階に合った歯科保健事業を行っています。検診などを利用し、歯を大切にしましょう。

市は、市民の皆さんに日ごろから歯の健康に関心を持ってもらい、それに関連する生活習慣についての知識が得られるよう、ライフステージに応じた歯科保健事業を行っています。

妊娠・出産期

- 妊婦歯科健康診査
- マタニティーサロン

乳幼児期

- 1歳6カ月健康診査
- 2歳3カ月児歯みがき相談
- 3歳児健康診査
- 市内幼稚園・保育園の巡回歯みがき教室

成人期

- 成人歯科相談

○歯周病検診

これ以外にも、健康講話や電話相談などを行っています。市は今後も、広報かたに折り込む健康だよりなどで市民の皆さんに情報提供を行っていきます。



巡回歯みがき教室の様子（かたびら幼稚園）

問合せ 健康増進課



歯医者さんからのアドバイス

スポーツと歯科

ボクシングやラグビー、フットボールなどのコンタクトスポーツ（選手同士の接触の多い競技）において、歯や口のけがをすることがあります。その場合、次のように対処してください。

○歯が折れた場合

折れた歯がある場合は、水に浸けて歯科を受診してください。折れた所が大きくて神経まで達していると痛むことがあります。

○歯が抜け落ちた場合

抜けた歯は、牛乳に浸けて、大至急、歯科を受診してください。牛乳が無ければ口の中に入れてきてください。早く元の位置に戻すこと（再植）によって、元通りに付く可能性が高いです。早急いほどうまくいく可能性が高いです。



○唇を切った場合

歯の先端で唇や頬の内側の粘膜を切って、出血することがあります。ティッシュペーパーなどで圧迫止血

して、歯科を受診してください。

これらのけがから歯や口を守るのにマウスガード（マウスピース）の装着が有効です。

マウスガードの利点

- ・歯の保護
- ・口の中の裂傷予防
- ・顎関節の保護
- ・脳振とうの軽減
- ・あごの骨の骨折予防

マウスガードの装着を義務付けられているスポーツ

- ・ボクシング
- ・アメリカンフットボール
- ・キックボクシング
- ・女子ラクロス
- ・インラインホッケー

また、野球やアイスホッケーなど装着を推奨されるスポーツもあります。

マウスガードには、市販品（既製品）と型を採って作るカスタムメイドのものがあり、特にカスタムメイドのものは、精密に型を採って作りますので、市販品に比べ適合が良く口にフィットするため、歯・口を守り、競技中のけがを防止します。

カスタムメイドのマウスガードについては、かかりつけの歯科に相談してください。

（文） 可児歯科医師会