



ジュラチックと一緒に「健康づくり」 ～生活習慣を見直し、「幸福度日本一」を実感！～

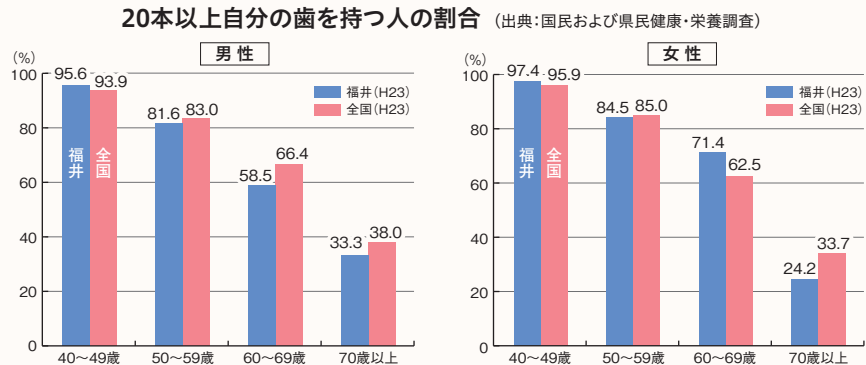
健康増進課 ☎ 0776-20-0350

からだの健康は、歯と口の健康から

生涯にわたって健康を維持するためには、何でも不自由なく食べられるよう20本以上の歯を保つことが理想です。しかし、福井は全国に比べると、歯と口の健康への関心が薄いのではないのでしょうか。

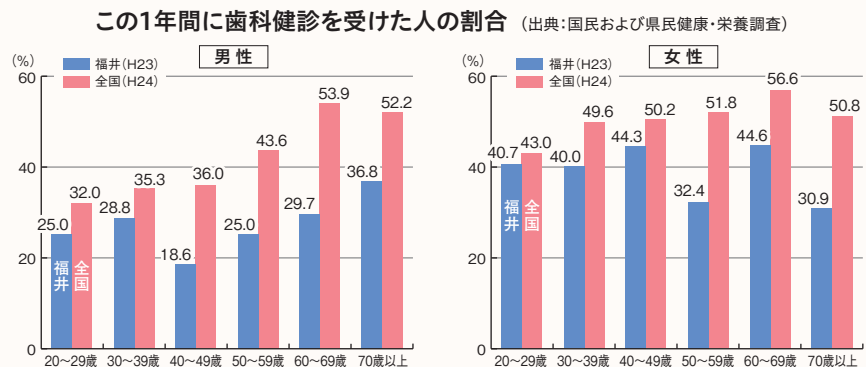
高齢になると、歯の本数が激減！

40歳を過ぎると徐々に歯の本数が減ってきます。特に、男性は60歳以降、女性は70歳以降になると、20本以上自分の歯を持つ人の割合がぐんと減り、全国に比べて差がついています。



受けていますか？歯科健診

歯周病は、歯を失う最大の原因です。初期段階のうちには自覚しにくいいため、特に症状がなくても定期的に歯科健診を受けることが大切。しかし、本県の受診割合は全国に比べて低く、特に男性の受診が少なくて目立ちます。



歯医者さんに聞きました

「歯周病予防は、全身の病気予防につながります」



成人の約8割がかかっていると言われる歯周病は、糖尿病や動脈硬化、狭心症、心筋梗塞など、様々な病気と深く関わっていることが分かっています。まずは、丁寧なブラッシングで歯垢を取り除くこと、喫煙やストレス、不規則な生活などのよくない生活習慣を改めること、そして年に1回は歯科健診を受けるようにしましょう。

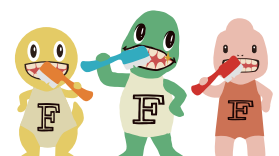
(福井県歯科医師会 理事 森本 一良 先生)



北陸初、歯科診療車を導入

県歯科医師会は、県の補助を受け、北陸3県で初めて「歯科診療車」を導入。大規模災害時の救護活動のほか、通院が困難な施設入所者のいる障害者施設や介護施設を巡回し、歯科保健指導や口腔ケアを行う予定です。

県歯科医師会 ☎ 0776-21-5511



©FUKU/play set products