



# 歯とお口の健康を見直しましょう!

問 健康推進課 国民健康保険係  
☎0967-62-2910(直通)

健康

歯とお口の健康は、心身共に健康な生活を送るためにとても大切です。子どもさんから大人の方まで定期的に健診を受け、むし歯や歯周病を予防しましょう。

## ■コロナ禍により歯とお口の健康にも大きな影響が!!

昨年度、高森町の成人歯周病健診を受けた方の約8割の方が要指導または要治療の状態でした。症状がなくても定期的なチェックを行うことで悪化を防ぐことができます。

今年度も町内歯科医院で受診が出来る、成人歯周病健診を計画しています。対象は今年度末までに40歳、50歳、60歳、70歳になられる高森町在住の方です。対象の方には個別にご案内を郵送しますので、詳細はそちらをご確認ください。

むし歯、歯周病を悪化したまま放置すると、心筋梗塞、脳梗塞などの血管の病気や糖尿病、早産、誤嚥性肺炎など全身の様々な病気を引き起こす可能性もあります!

## ■子どもさんのむし歯ゼロを目指そう!

高森町では、保育園幼稚園・小中学校にてフッ化物洗口(うがい)を行い、乳幼児健診(1歳、1歳6カ月、3歳6カ月)にて歯科診察後フッ化物塗布を行っています。さらに定期的に歯科を受診し、年に2~4回フッ化物塗布を受けるのがおすすめです。(子ども医療費助成制度で無料となります。)

なお、フッ化物で歯の質を高めることは可能ですが、その他の原因を家庭で取り除くことが大切です!

フッ化物とは?  
むし歯になりかけた歯の表面を戻したり、菌の動きを抑える役割がある。歯の質を強化しむし歯になりにくくする。



### ご家庭で気をつけるポイント

- おやつのはりすぎやダラダラ食べ、寝る前の間食は注意。
- 歯磨きの習慣をつけ、小学6年生までは大人が仕上げ磨きを。
- むし歯菌は周りの大人から感染します。一緒に生活している大人も治療を。お子さんとスプーンやストローなどの共有はやめましょう。

### マスク生活

- 口呼吸になりやすく、会話が減り、唾液が出にくい



- 唾液が少なくなると、歯に食べかすが付着したままになる
- 口の中が酸性になり、むし歯、歯周病が進行しやすい

### 在宅時間の増加

- 間食の回数が増えたり、ダラダラと食べてしまう

- むし歯になりやすい



### 受診控え

- 以前は歯科に定期的を受診していたがコロナ禍以降受診しなくなった

- むし歯、歯周病の重症化

## ~後期高齢者医療被保険者のみなさまへ~

# 令和5年度後期高齢者歯科口腔健診のご案内

問 健康推進課 国民健康保険係  
☎0967-62-2910(直通)

後期高齢者医療保険に加入されている方を対象に下記のとおり歯科口腔健診を実施します。この機会にぜひご利用いただき、ご自身の健康維持にお役立てください。

- 対象者 高森町の後期高齢者医療保険に加入されている方
- 受診料金 400円(健診費用5,320円のうち、4,920円を助成)
- 受診期間 令和6年2月29日まで
- 受診に必要なもの 保険証・受診券・受診料金
- 受診方法 受診を希望される際は、受診券を発行しますので、国民健康保険係までご連絡をお願いします。(注意事項を参照)

### ●実施医療機関

医療機関名	電話	診療時間	休診日
片山歯科医院	0967-62-1971	9:00~13:00 14:30~18:30	木・土 午後 日・祝祭日
みもり歯科医院	0967-62-2005	9:00~12:30 14:30~18:00	木・土 午後 日・祝祭日

### ●注意事項

- ① 健診の結果、必要となった治療費については本人負担となります。
- ② 受診される際には事前に歯科医院に電話予約をお願いします。
- ③ 受診券は受診期間内のみ有効です。

### ●健診内容 問診、歯周検査、口腔検査、結果説明

## 保険証の更新のお知らせ

### 後期高齢者医療保険加入者の方へ

現在お持ちの保険証(薄青色)の有効期限は、令和5年7月31日までとなっています。

新しい保険証(薄黄色)を7月中に簡易書留等で郵送いたします。有効期限は「令和5年8月1日から令和6年7月31日」までとなっております。

問 健康推進課 国民健康保険係 ☎0967-62-2910(直通)

### 国民健康保険加入者の方へ

現在お持ちの保険証(クリーム色)の有効期限は、令和5年7月31日までとなっています。

新しい保険証(うぐいす色)を7月中に簡易書留等で郵送いたします。有効期間は「令和5年8月1日から令和6年7月31日」までとなっております。

## 内職はじめませんか?

手先の器用な方、細かい作業が得意な方、大歓迎!

子育てママも活躍中!

ダブルワーク大歓迎!

1日2時間~OK!



- ◆お仕事内容 電子部品の組立作業(簡単な作業から細かい作業まであります)
- ◆お仕事条件
  - ・1日2~4時間作業が可能な方(短い時間でもご相談に応じます)
  - ・当社への毎日の引き取り、納品が可能な方
- ◆給与
  - ・完全出来高制となりますので、作業数の歩合によって異なります(例:毎日2~4時間の作業で1カ月につき、2~3万円程度)
  - ・交通費は別途(社内設定)
  - ・作業に必要な物は、貸与しますので費用負担は一切ありません

**サンユー工業株式会社 高森事業所**  
〒869-1602 熊本県阿蘇郡高森町高森1970-1  
TEL 0967-63-0013 担当 恒崎 / 渡辺  
【受付時間】 8:30~17:00 サンユー工業 検索

