



最後に歯科健診を受けたのはいつですか？

## 今、受けよう！20歳の歯科健診

むし歯・口臭・  
歯肉炎・親しらず…  
気になっていませんか？

受診期間は  
1月31日まで！

【対象者】平成14年4月1日～平成15年3月31日生まれの方

※対象者には5月末に受診券を送付しています。受診券を無くされた方は再発行しますのでご連絡ください。

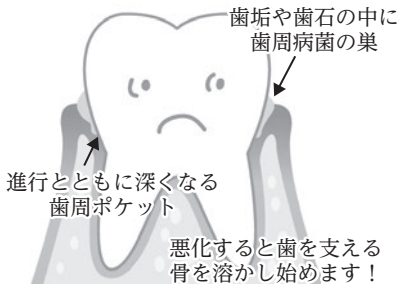
【内容】むし歯や歯肉炎の有無、歯石の付着や歯並び等の診察、結果に応じた指導

【費用】無料 【実施場所】市内歯科医療機関



●20代の約7割が歯周病！※ …なのに、自覚がない人が多いのはなぜ？

※H28年度厚生労働省歯科疾患実態調査



- 疲れや睡眠不足が続くと、歯ぐきが腫れたり出血するのに、しばらくすると治る…そんな経験を繰り返していませんか？
- 歯周病は歯周ポケットに歯周病菌がたまり、炎症が起こる感染症です。体の抵抗力の回復により、歯ぐきの症状が治まることもあるため「治った」と思い込み、初期症状を見逃してしまいます。特に20代は、仕事や勉強・プライベートに忙しく、若さに任せて無理をしがちな年代のため、むし歯や歯周病が進行しやすい時期でもあります。
- 歯周ポケットの細菌の巣を自分で清掃することは困難です。歯ぐきの腫れや出血、口臭に気づいたら、早めに受診をしましょう。

●かかりつけ歯科医を持って、きれいな歯で20代をスタートしよう！

毎日歯をきちんとみがいていても、歯ブラシの届きにくい部分の歯垢や歯石は、自分ではどうしても落としきれません。また、歯みがきの方法が、今のお口の状態に合っていない場合もあります。ぜひ、この健診をきっかけにかかりつけ歯科医を持って、プロによるお口のチェックを定期的に受けましょう。

【問】国保・健康課（健康係） ☎(0879)26-9908

## ■特定健康診査(40～74歳)と後期高齢者健康診査のご案内

■実施期間 10月31日(月)まで

対象の方には、5月下旬に受診券・質問票をお送りしています。

▼年度途中で国民健康保険に加入した方へ

加入前の健康保険で健康診査を受診していない方で、今年度受診を希望する場合は、下記連絡先へご連絡ください。



実施医療機関の最新情報や健康診査の詳細は、市ホームページをご覧ください。

<https://www.city.sanuki.kagawa.jp/life/insurance/kenshin>

※健診の際には、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、受診者の方はマスクの着用・手指の消毒等にご協力をお願いします。※当日、発熱等体調が優れない場合は受診をひかえ、体調が回復してから受診してください。

■特定保健指導をぜひご利用ください

特定保健指導はメタボリックシンドロームのリスク数に応じて生活習慣の改善が必要な方に行う保健指導です。健診結果をもとに保健師と管理栄養士が、あなたらしく無理なく続けることのできる健康づくりをサポートします。対象の方には利用券をお送りします。



【問】国保・健康課 ☎(0879)26-9907・9908

## ■重度心身障害者等医療費助成制度 受給資格の更新について

重度心身障害者等医療費受給資格者証は、受給対象者・配偶者・扶養義務者（一緒にお住まいのご家族のうち18歳以上の方全員）の所得額や課税状況などの審査をしたあと、毎年8月1日付けで更新します。

- ・審査のうえ、判定ができた方には新しい受給者証を7月下旬にお送りします。
- ・所得の申告をされておらず課税状況が確認できない方、身体障害者手帳または療育手帳の再判定が必要な方で再判定時期を過ぎて更新手続きができていない方は、正しい審査ができないため受給者証をお送りすることができません。上記各手続きをしていない方は、至急、手続きをお願いします。

健康保険証に変更のあった方は、必ず届出が必要です。届いた受給者証を確認し、お持ちの保険証の内容（記号・番号等）と違うときは、健康保険証を持参し変更手続きをしてください。

【問】障害福祉課 ☎(0879)26-9903