

# 健保ニュース

第 217 号

2020 年 10 月 13 日

オークマ健康保険組合

愛知県丹羽郡大口町下小口 5-25-1

TEL 0587-95-0913

FAX 0587-94-3570

<https://www.okuma-kenpo.or.jp>

(ご家庭に持ち帰ってみんなで読みましょう)



## 家族で受けよう ファミリー歯科健診!

ファミリー歯科健診は、新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため、複数の対策を行っています。

(なお、飛沫の飛散防止のため、歯のクリーニングは中止とさせていただきます)

愛知県を中心に、他の健保組合と共同で、ファミリー歯科健診を行います。  
開催日は土日祝日で、健診料金も無料です! (健診の内容は裏面をご覧ください)



対象者	被保険者(本人)及び被扶養者 歯科健診センターと愛知県・岐阜県歯科医師会の歯科健診を受けた方も OK です 【ご注意!】受診日において、当健保組合の被保険者・被扶養者でない方は受診できません
健診料金	無料!
健診日・健診会場	右面の「日程表」のとおり
申込方法	【スマホ(E-mail)で申込みの場合】 右のQRコードを読み取り、WEBサイト上の「E-mailにて申込み」からお申込みください <a href="http://www.kenkoujin.jp/kensin/kyoudoushika/">http://www.kenkoujin.jp/kensin/kyoudoushika/</a> 【FAXで申込みの場合】 申込書に必要事項を記入し、(株)あまの創健(FAX:052-930-8061)へ送信してください
申込締切	各会場とも健診日の2週間前 申込締切後でも受診が可能な場合がありますので、下記のお問合わせ先にご確認ください 会場予約は先着順です。各会場とも定員がございますので、あらかじめご了承ください
予約確定連絡	申込みの約7営業日後に、(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。 申込み会場が定員に達していた場合、E-mailの方はE-mailまたは電話で、FAXの方はFAXまたは電話で連絡があります(連絡がない場合は、お手数ですが下記お問合わせ先までご確認ください)
健診時間	9:30~13:45 (徳重地区会館/富田北地域センターは 10:00~14:15) 健診の所要時間は一人約15分です。混雑を避けるため申込順により時間を指定させていただきます
お問合わせ先	(株)あまの創健(TEL:052-930-8071) 日祝を除く月~土 9:00~17:00

QRコード



FAX : 052-930-8061

申込書

オークマ健康保険組合専用

※会場 No が空白の場合受付されません

被保険者氏名		住	〒 -			
		所				
保険証記号	保険証番号	電話(昼間連絡のつく電話番号)		FAX番号		
		-		-		
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	昭・平・令 年 月 日	男・女	被保険者・被扶養者			
カナ	昭・平・令 年 月 日	男・女	被保険者・被扶養者			
カナ	昭・平・令 年 月 日	男・女	被保険者・被扶養者			
カナ	昭・平・令 年 月 日	男・女	被保険者・被扶養者			

【個人情報の取扱いについて】当健保組合と(株)あまの創健は、今回のお申込みに関する個人情報をこの事業のみで使用し、それ以外の目的には使用いたしません。

# 日 程 表

健診時間：9:30 ~ 13:45

(※) 徳重地区会館／富田北地域センターは  
10:00~14:15

会場No	エリア	日 程	会 場	住 所
1	江南市	11月 7日(土)	江南市民文化会館	江南市北野町川石 25-1
2	名古屋市	11月 8日(日)	徳重地区会館 (※)	名古屋市緑区元徳重 1丁目 401 番地
3	大府市	11月 14日(土)	おおぶ文化交流の杜	大府市柘山町 6丁目 150-1
4	名古屋市	11月 15日(日)	名古屋市公会堂	名古屋市昭和区鶴舞 1丁目 1 番 3 号
5	小牧市	11月 22日(日)	小牧市市民会館	小牧市小牧 2丁目 107 番地
6	名古屋市	11月 22日(日)	名古屋港湾会館	名古屋市港区港町 1-11
7	蒲郡市	11月 23日(月)	蒲郡商工会議所	蒲郡市港町 18-23
8	安城市	11月 28日(土)	安城市民会館	安城市桜町 18 番 28 号
9	豊田市	12月 6日(日)	豊田市高岡農村環境改善センター	豊田市高岡町長根 17
10	瀬戸市	12月 12日(土)	瀬戸市文化センター	瀬戸市西茨町 113 番地 3
11	岡崎市	12月 19日(土)	岡崎市竜美丘会館	岡崎市東明大寺町 5-1
12	刈谷市	12月 19日(土)	刈谷商工会議所	刈谷市新栄町 3丁目 26 番地
13	碧南市	12月 20日(日)	碧南市文化会館	碧南市源氏神明町 4
14	大府市	1月 9日(土)	愛三文化会館	大府市明成町 1丁目 330 番地
15	岡崎市	1月 9日(土)	岡崎市民会館	岡崎市六供町出崎 15-1
16	一宮市	1月 10日(日)	アイプラザ一宮	一宮市若竹 3丁目 1 番 12 号
17	豊川市	1月 11日(月)	豊川市勤労福祉会館	豊川市新道町 1丁目 1-3
18	名古屋市	1月 11日(月)	東別院会館	名古屋市中区橋 2丁目 8-45
19	岡崎市	1月 16日(土)	岡崎市民会館	岡崎市六供町出崎 15-1
20	西尾市	1月 17日(日)	西尾市文化会館	西尾市山下町泡原 30
21	名古屋市	1月 23日(土)	日本ガイシフォーラム	名古屋市南区東又兵衛町 5丁目 1 番地 16
22	三重県	1月 24日(日)	いなべ市大安公民館	いなべ市大安町大井田 2704 番地
23	豊橋市	1月 30日(土)	アイプラザ豊橋	豊橋市草間町字東山 143-6
24	刈谷市	1月 31日(日)	デンソー企業年金基金会館	刈谷市新富町 2丁目 41 番地
25	岡崎市	2月 6日(土)	岡崎市竜美丘会館	岡崎市東明大寺町 5-1
26	東海市	2月 6日(土)	東海市商工センター	東海市中央町 4丁目 2 番地
27	名古屋市	2月 7日(日)	富田北地域センター (※)	名古屋市中川区吉津 4丁目 3201 番地
28	半田市	2月 11日(木)	アイプラザ半田	半田市東洋町 1丁目 8 番地
29	安城市	2月 13日(土)	アイシン年金基金会館	安城市三河安城東町 2丁目 8 番地 1
30	静岡県	2月 14日(日)	湖西健保会館	湖西市梅田メウタイ 21-11
31	西尾市	2月 21日(日)	西尾市文化会館	西尾市山下町泡原 30
32	刈谷市	2月 27日(土)	デンソー企業年金基金会館	刈谷市新富町 2丁目 41 番地
33	安城市	2月 28日(日)	アイシン年金基金会館	安城市三河安城東町 2丁目 8 番地 1
34	豊田市	2月 28日(日)	豊田市高岡農村環境改善センター	豊田市高岡町長根 17
35	豊橋市	3月 6日(土)	アイプラザ豊橋	豊橋市草間町字東山 143-6
36	刈谷市	3月 7日(日)	デンソー企業年金基金会館	刈谷市新富町 2丁目 41 番地
37	半田市	3月 14日(日)	アイプラザ半田	半田市東洋町 1丁目 8 番地
38	東海市	3月 21日(日)	愛知製鋼企業年金基金体育館	東海市荒尾町大脇 90
39	一宮市	3月 27日(土)	アイプラザ一宮	一宮市若竹 3丁目 1 番 12 号
40	安城市	3月 28日(日)	アイシン年金基金会館	安城市三河安城東町 2丁目 8 番地 1

会場都合や受診人数により、会場が変更または中止になる場合があります

**全国OK！近所の歯医者さんで歯科健診が受けられます！！**

上記以外で歯科健診を希望の方は、当健保組合が委託した歯科健診の予約代行会社「歯科健診センター」を通じて、無料の歯科健診が受診できます。当健保組合までお問い合わせください (TEL: 0587-95-0913)



# 歯科健診の内容



## 歯科医師による口腔内検査

- 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

## 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が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。



**POINT** 画質に自信あり!  
新たな発見が必ずあります。

大人も対象!

## 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。フッ素は唾液中のカルシウムイオンやリン酸イオンとともに歯に再沈着し、脱灰部分の再石灰化を促進します。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!!



※2020年度は新型コロナウイルス感染拡大防止(飛沫の飛散防止)のため、歯のクリーニング(歯面清掃)は中止とさせていただきます。

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



歯科健診で  
できます!

ウイルス対策

## 新型コロナウイルス感染症対策を徹底しています

ファミリー歯科健診は新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため以下の対策を行っています。

### 歯科健診スタッフの対応

- 1 スタッフ全員がマスクを着用します。歯科スタッフはマスク・手袋に加え、フェイスシールドを着用します。
- 2 待合スペースは十分な間隔を取れるようにし、つい立ちの利用で受診者同士の距離を確保いたします。
- 3 医師、歯科衛生士は1名対応ごとに手袋を交換いたします。
- 4 その他、会場の換気や清掃・消毒等、感染予防に努めます



### 受診者の皆様をお願いしています

- 1 受診者全員にマスクの着用をお願いしています。健診時のみマスクを外すようご案内します。
- 2 密を避けるため、お時間を守って入場をお願いいたします。
- 3 過去2週間の健康状態を確認するシートを事前にご記入いただけます。
- 4 入口で受診者全員に検温を実施いたします。
- 5 入場前に手指消毒をご案内いたします。



ご理解・ご協力をお願いいたします

## 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。

むし歯の始まり



**C0** むし歯になりかけた状態。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/約3,000円(健保負担約7,000円)

治療例



シーラント

エナメル質 むし歯



**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/約4,000円(健保負担約9,300円)



詰め物(樹脂)

歯髄 象牙質



**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/約6,000円(健保負担約14,000円)



はめ物(金属)

歯髄 象牙質



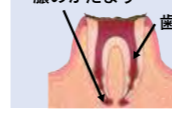
**C3** むし歯が神経に達して我慢できない痛みとなります。神経を抜く必要があります。治すために何度も通う必要が出ます。

治療例/神経処置、金属の被せ物、差し歯等  
治療費/約12,000円(健保負担約28,000円)



被せ物(金属)

膿のかたまり 歯髄



**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たりします。

治療例/抜歯、入れ歯、ブリッジ、インプラント等  
治療費/約30,000円(健保負担約70,000円)



部分入れ歯

※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。

## 歯を失う原因は 歯周病

「歯周病」とは、歯垢(プラーク)の中の細菌によって歯肉に炎症をひき起こし、やがては歯を支えている骨を溶かしていく病気のことです。歯を失う原因となります。「歯周病」の病巣から放出される歯周病菌が血管に入ると肝臓のインスリン抵抗性を増加させ、血糖値を上昇させます。また、**肥満や糖尿病の人は「歯周病」を発症しやすく、重症化もしやすくなります。**「歯周病」と「メタボリックシンドローム」は相互に影響し合い悪化させる可能性があります。



むし歯・歯周病は、日々のケアと健診で予防できます!

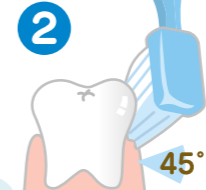
### むし歯を予防しよう!

1



歯ブラシは毛先に注意。つま先やかかとか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。

## 歯みがきの仕方

## 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。歯ブラシで落とせ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

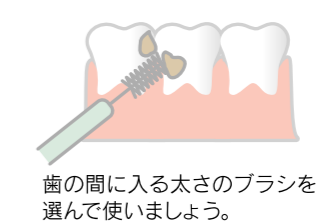


歯間ブラシ

フロス(糸ようじ)

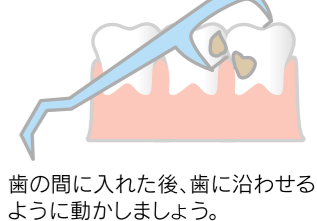
フロス(糸)

### 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しましょう。

### 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。