

健保ニュース

第 223 号 2021 年 10 月 13 日

(ご家庭に持ち帰ってみんなで読みましょう)

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>

からだの健康は 歯のチェックから!

ファミリー歯科健診のご案内!!

歯周病って結構怖い...

歯周病は、生活習慣病などを悪化させる可能性があることが分かっています。(肥満・糖尿病・動脈硬化など)

歯周病やむし歯は、日々のケアと定期的な健診で予防しましょう!!

無料の歯科健診を行います。

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す。ご家族で歯の健康チェック! (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・岐阜・三重・静岡の各県の歯科医師会の歯科健診を受けた方も OK 【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
健診日程・料金等	日程・会場は右面の「日程表」のとおりで、料金は無料です
申込方法	【スマホ(E-mail)で申込みの場合】 右の二次元コードを読み取り、WEBサイト上の「E-mailにて申込み」からお申込みください https://www.kenkoujin.jp/kensin/shika 【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、下記のお問い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い合わせ先までご確認ください)
お問い合わせ先	(株)あまの創健 TEL:052-930-8071 日祝を除く月~土 9:00~16:00



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に使用し、それ以外の目的には使用いたしません。

日程表

健診
時間

●印の会場 9:15~14:00

(口印の会場 10:30~14:45 ▲印の会場 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

会場No	エリア	日程	会場	時間	住所	会場No	エリア	日程	会場	時間	住所
1	名古屋市	11月6日(土)	名古屋港湾会館	●	名古屋市港区 港町1-11	29	岡崎市	1月29日(土)	岡崎市民会館	●	岡崎市六供町出崎 15-1
2	安城市	11月7日(日)	安城市民会館	●	安城市桜町18番 28号	30	東海市	1月30日(日)	東海市商工センター	●	東海市中央町 4丁目2番地
3	名古屋市	11月13日(土)	楠地区会館	□	名古屋市北区楠味碗 三丁目612番地	31	豊川市	1月30日(日)	豊川市勤労福祉会館	●	豊川市新道町 1丁目1-3
4	江南市	11月13日(土)	Home&nico ホール (江南市民文化会館)	●	江南市北野川石 25-1	32	岡崎市	2月5日(土)	岡崎市竜美丘会館	●	岡崎市東明大寺町 5-1
5	半田市	11月20日(土)	アイプラザ半田	●	半田市東洋町 一丁目8番地	33	岐阜県	2月5日(土)	テクノプラザ本館 (岐阜県科学技術振興センター)	●	各務原市テクノ プラザ1丁目1
6	名古屋市	11月21日(日)	名古屋市公会堂	●	名古屋市昭和区錦舞 一丁目1番3号	34	春日井市	2月6日(日)	春日井市立中央公民館	●	春日井市柏原町 1丁目97番地1
7	刈谷市	11月27日(土)	刈谷市総合文化 センターアイリス	●	刈谷市若松町 2-104	35	碧南市	2月6日(日)	碧南市文化会館	●	碧南市源氏神楽町4
8	小牧市	11月27日(土)	小牧勤労センター	●	小牧市大字上末 2233番地の2	36	一宮市	2月12日(土)	アイプラザ一宮	●	一宮市若竹 3丁目1番12号
9	西尾市	11月28日(日)	西尾市文化会館	●	西尾市山下町泡原30	37	東浦町	2月12日(土)	あいち健康プラザ 健康宿泊館	●	知多郡東浦町大字 森岡字源吾山1-1
10	岡崎市	12月4日(土)	愛知県青年の家	●	岡崎市美合町 字並松1-2	38	静岡県	2月13日(日)	湖西健保会館	●	湖西市梅田メウタイ 21-11
11	東郷町	12月4日(土)	東郷町民会館	●	愛知県東郷町 春木北反田14番地	39	名古屋市	2月19日(土)	日本がイフォーラム	●	名古屋市南区 東又兵衛町5-1-16
12	稲沢市	12月5日(日)	稲沢市勤労福祉会館	●	稲沢市朝府町 5-1	40	半田市	2月19日(土)	アイプラザ半田	●	半田市東洋町 一丁目8番地
13	名古屋市	12月11日(土)	徳重地区会館	□	名古屋市緑区 元徳重1-401	41	刈谷市	2月20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
14	大府市	12月11日(土)	愛三文化会館 (大府市勤労文化会館)	●	大府市明成町 1丁目330番地	42	豊橋市	2月26日(土)	アイプラザ豊橋	●	豊橋市早間町 字東山143-6
15	豊田市	12月12日(日)	高橋コミュニティセンター	●	豊田市東山町 2-1-1	43	豊田市	2月27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
16	豊橋市	12月19日(日)	アイプラザ豊橋	●	豊橋市早間町 字東山143-6	44	岡崎市	2月27日(日)	愛知県青年の家	●	岡崎市美合町 字並松1-2
17	刈谷市	12月25日(土)	刈谷市総合文化 センターアイリス	●	刈谷市若松町 2-104	45	安城市	3月5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
18	東海市	12月25日(土)	東海市立勤労センター	●	東海市高橋須賀町 榊形1番地の7	46	一宮市	3月6日(日)	アイプラザ一宮	●	一宮市若竹3丁目 1番12号
19	名古屋市	12月26日(日)	徳重地区会館	□	名古屋市緑区 元徳重1-401	47	豊明市	3月6日(日)	豊明市文化会館	●	豊明市西川町 広原28-1
20	安城市	12月26日(日)	安城市民会館	●	安城市桜町 18番28号	48	刈谷市	3月12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
21	瀬戸市	1月8日(土)	瀬戸市文化センター	●	瀬戸市西茨町 113番地の3	49	蒲郡市	3月12日(土)	蒲郡商工会議所	●	蒲郡市港町18-23
22	刈谷市	1月9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	50	名古屋市	3月13日(日)	富田北地域センター	▲	名古屋市中川区 古津四丁目 3201番地
23	三重県	1月15日(土)	いなべ市大安公民館	●	いなべ市大安町 大井田2704番地	51	東海市	3月13日(日)	愛知製鋼企業年金 基金体育館	●	東海市荒尾町 大脇90番地
24	名古屋市	1月16日(日)	ほっと平針 菜のはなホール	●	名古屋市天白区 平針1-1907	52	西尾市	3月20日(日)	西尾市文化会館	●	西尾市山下町 泡原30
25	西尾市	1月16日(日)	西尾市文化会館	●	西尾市山下町泡原30	53	安城市	3月26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
26	安城市	1月22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	54	豊田市	3月27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
27	豊田市	1月23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	55	岡崎市	3月27日(日)	岡崎市民会館	●	岡崎市六供町出崎 15-1
28	名古屋市	1月23日(日)	東別院会館	●	名古屋市中区橋 2丁目8-45						

※ 新型コロナウイルス感染症の流行状況等によっては、実施会場の変更や開催中止になる場合がありますのでご容赦願います。

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。詳しくは当健保組合HPをご確認ください。(HPのトップページ上部 保健事業→歯科健診)

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。むし歯菌の動きも抑制するため、フッ素を塗って強い歯を手に入れましょう!!



※2021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。

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



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。



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	治療例
<p>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。</p>	<p>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)</p> <p>シーラント</p>
<p>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。</p>	<p>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)</p> <p>詰め物(樹脂)</p>
<p>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。</p>	<p>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)</p> <p>詰め物(金属)</p>
<p>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。</p>	<p>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)</p> <p>被せ物(金属)</p>
<p>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。</p>	<p>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)</p> <p>部分入れ歯</p>

※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、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。

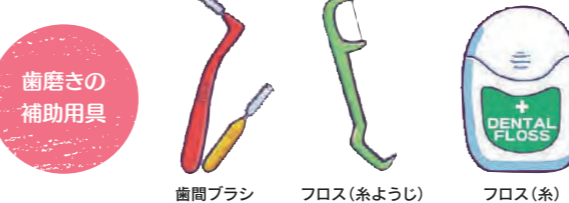


4 歯みがきをする際には鏡を見ながら。

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。



歯間ブラシの使い方



フロスの使い方

