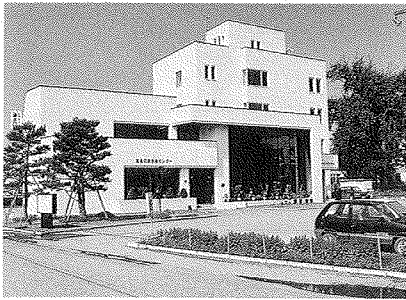




▲道北口腔保健センター

旭川歯科医師会便り

Vol.1

事務局／旭川市金星町1丁目1-52 道北口腔保健センター内
☎(0166)22-2361

<http://www.ahmic21.ne.jp/kyokushi>

健康な心と身体は口腔から

旭川歯科医師会から市民の皆様へメッセージをお届け致します。まず今回は旭川歯科医師会（以下「会」といいます）が行っております「市民サービス」についてお知らせ致します。

1. 道北口腔保健センター (金星町一 ☎22-2290)

ここでは日・祭日、年末年始に腫れたり、痛みが出たり、詰め物がとれた等の救急処置を行っております。また、小児予防としてフッ素塗布やブラッシング指導も行っております。さらに心身障害者の方の治療も行っております。詳細は電話にてお問い合わせ下さい。

2. 在宅あるいは病院等に入院されている方で、通院するのが困難な方の為のサービスです。口腔内の検診

やヘルスケアを主体としたものや、義歯の修理・製作、義歯が落ちる、義歯による歯ぐきの傷の処置等を行います。

歯がぶらぶら動いていて噛んだら痛い等で抜歯が必要だけれど、血圧が高い、または心臓の具合が悪くリスクが高い方の場合専門医に紹介することもございます。

義歯を新しくして食物が噛めるようになったら少し元気になってきた、という方もたくさんいらっしゃいます（平日9時～17時 土曜は正午まで。日祭日休み ☎22-2361）。

3. 歯科相談室

今困りのことを「会」の担当者がご相談に応じ、問題の解決にアドバイスを致します。どんな些細なこ

とも結構ですので御相談下さい。曜日、時間は2と同様です。

4. 8020高齢者歯のコンクール

「8020」とは80歳で20本以上の自分の歯を残そうという厚生労働省と日本歯科医師会が提唱している運動です。20本以上の歯が残っていれば何でも食べられます。噛むということは、

脳に血流が行きボケ防止にもなり、健康に老後を過ごすことができると言われて

います。今年もこのコンクールが近いうちに行われます。80歳以上で自分の歯が20本以上残っている方は是非ご応募下さい。詳しくは旭川市保健所、「会」、お近くの歯科医院にお尋ね下さい。昨年は花咲町の岡村清様が全

道大会で優秀賞を受賞されました。

「8020」を達成する為には乳歯の時からケアが大切で、少なくとも年1回の定期健診が必要です。

次回からは「歯」に関する情報をお知らせ致しますので御期待下さい。

また御質問等ございましたら「会」にどしどしお寄せ下さい。お待ち致しております。