

## よくあるご質問

- Q** 健診時間はどのくらいですか？  
**A** 健診時間は約15分です。
- Q** 歯の生えていない赤ちゃんも受診することができますか？  
**A** ご質問がある場合、受診いただけます。
- Q** 健診では具体的に何をチェックしていますか？  
**A** むし歯・着色・歯周病・歯茎の状態・プラーク量・粘膜の状態・舌・唾液量・顎などをチェックしています。
- Q** 現在、妊娠中ですが受けることはできますか？  
**A** 受診できます。
- Q** 健診では(むし歯があるなど)何がどこまでわかりますか？  
**A** 外から見える範囲のむし歯・歯周病進行度を確認しています。

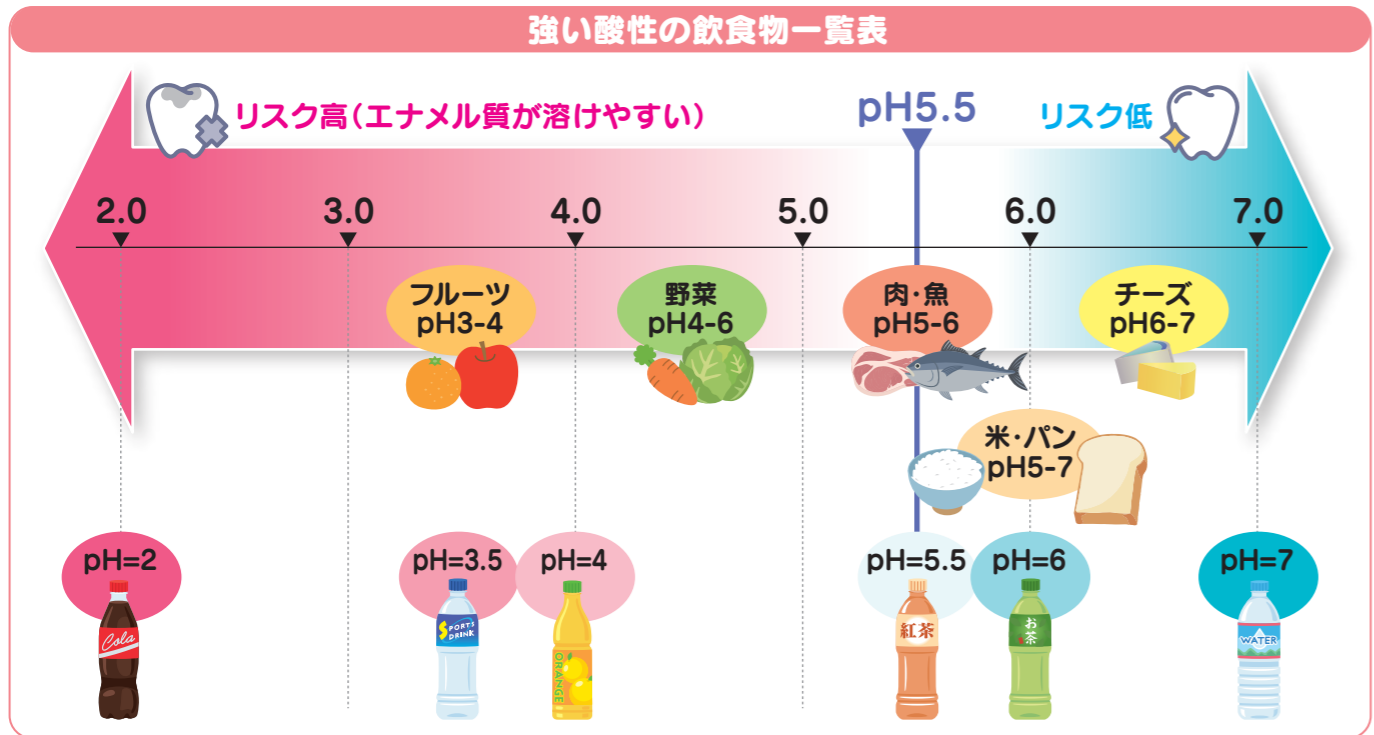


## 酸で歯が溶ける?! 口腔内のpH(ペーハー)値について

虫歯ではなく、酸によって歯が溶けだしてしまうことを知っていますか？これを「**酸蝕歯(さんしょくし)**」といいます。原因のひとつとして、**強い酸性の飲食物を習慣的に食べすぎる**ことが挙げられます。酸性かアルカリ性かは、pH値によって示され、数値が低いほど酸性になります。口腔内のpHは通常7.0前後で、通常、私たちの口の中で唾液が十分に分泌されていると、酸を洗い流し中和してくれるので問題ありませんが、歯の表面を覆っているエナメル質は、pH5.5以下になると溶け始めるとされています。エナメル質が溶けてしまうと以下のトラブルにつながります。

- 歯に着色しやすい
- 虫歯になりやすい
- 知覚過敏の症状が出やすい

下の図で、普段口にしてる飲食物のpH値をぜひ参考にしてみてください。酸性が強いものをよく口にする方は過剰に摂取しないよう、気を付けましょう。また、悪化を防ぐために歯質を強くする「フッ素」を含んだ歯磨き剤を使う、歯磨きできないときは水や洗口液でうがいをするなど対策も行うとよいでしょう。



## 日程表

健診時間 ●印の会場 9:30~ ▲印の会場 10:30~

エリア	日程	会場	時間	住所	エリア	日程	会場	時間	住所
1	刈谷市 11月2日(土)	刈谷市南部生涯学習センター「たんぼぼ」	●	刈谷市野田町西田78番地2	28	東海市 1月18日(土)	愛知製鋼 企業年金基金体育館	●	東海市荒尾町大庭90番地
2	岡崎市 11月3日(日)	岡崎市民会館	●	岡崎市六供町出崎15-1	29	東郷町 1月19日(日)	東郷町民会館	●	東郷町大字春木字北反田14番地
3	半田市 11月9日(土)	アイブラザ半田	●	半田市東洋町一丁目8番地	30	刈谷市 1月25日(土)	刈谷市南部生涯学習センター「たんぼぼ」	●	刈谷市野田町西田78番地2
4	名古屋市 11月10日(日)	徳重地区会館	▲	名古屋市緑区元徳重1-401	31	名古屋市 1月25日(土)	徳重地区会館	▲	名古屋市緑区元徳重1-401
5	安城市 11月16日(土)	安城市民会館	●	安城市桜町18番28号	32	岡崎市 1月26日(日)	岡崎市竜美丘会館	●	岡崎市東明大寺町5-1
6	小牧市 11月16日(土)	味噌市民センター	●	小牧市久保新町60	33	西尾市 1月26日(日)	西尾市文化会館	●	西尾市山下町泡原30
7	豊明市 11月17日(日)	豊明市文化会館	●	豊明市西川町広原28-1	34	半田市 2月1日(土)	アイブラザ半田	●	半田市東洋町一丁目8番地
8	豊田市 11月17日(日)	高橋コミュニティセンター	●	豊田市東山町2-1-1	35	名古屋市 2月1日(土)	岡谷鋼機名古屋公会堂	●	名古屋市昭和区鶴舞1丁目1番3号
9	刈谷市 11月23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	36	豊橋市 2月2日(日)	アイブラザ豊橋	●	豊橋市草間町字東山143-6
10	大府市 11月23日(土)	愛三文化会館	●	大府市明成町1丁目330番地	37	東海市 2月2日(日)	東海市商工センター	●	東海市中央町4丁目2番地
11	西尾市 11月24日(日)	西尾市一色地域交流センター	●	西尾市一色町一色東前新田8	38	岡崎市 2月8日(土)	岡崎市竜美丘会館	●	岡崎市東明大寺町5-1
12	名古屋市 11月30日(土)	名古屋港湾会館	●	名古屋市港区港町1-11	39	一宮市 2月8日(土)	アイブラザー一宮	●	一宮市若竹3丁目1番12号
13	江南市 12月1日(日)	Home&nicoホール	●	江南市北野町川石25-1	40	安城市 2月9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
14	安城市 12月7日(土)	安城市民会館	●	安城市桜町18番28号	41	豊田市 2月15日(土)	豊田市高岡農村環境改善センター	●	豊田市高岡町長根17
15	三重県 12月7日(土)	いなべ市大安公民館	●	いなべ市大安町大井田2704番地	42	碧南市 2月15日(土)	碧南市文化会館	●	碧南市源氏神明町4
16	岡崎市 12月8日(日)	岡崎市総合学習センター	●	岡崎市上地3丁目12-1	43	西尾市 2月16日(日)	西尾市文化会館	●	西尾市山下町泡原30
17	名古屋市 12月14日(土)	岡谷鋼機名古屋公会堂	●	名古屋市昭和区鶴舞1丁目1番3号	44	名古屋市 2月16日(日)	東別院会館	●	名古屋市中区橋2丁目8-45
18	稲沢市 12月14日(土)	稲沢市勤労福祉会館	●	稲沢市朝府町5-1	45	岡崎市 2月22日(土)	岡崎市地域交流センター六ツ美分館悠紀の里	●	岡崎市巾島町丸ノ内7番地4
19	豊橋市 12月15日(日)	アイブラザ豊橋	●	豊橋市草間町字東山143-6	46	刈谷市 2月22日(土)	デンソー本社5号館	●	刈谷市昭和町一丁目1番地
20	刈谷市 12月21日(土)	刈谷市南部生涯学習センター「たんぼぼ」	●	刈谷市野田町西田78番地2	47	豊川市 2月23日(日)	豊川市勤労福祉会館	●	豊川市新道町1丁目1-3
21	安城市 12月22日(日)	安城市民会館	●	安城市桜町18番28号	48	西尾市 3月1日(土)	西尾市文化会館	●	西尾市山下町泡原30
22	瀬戸市 12月22日(日)	瀬戸市文化センター	●	瀬戸市西沢町113番地の3	49	東浦町 3月1日(土)	あい健康プラザ(健康宿泊館)	●	知多郡東浦町森岡源吾山1番地の1
23	岡崎市 1月11日(土)	岡崎市民会館	●	岡崎市六供町出崎15-1	50	名古屋市 3月2日(日)	徳重地区会館	▲	名古屋市緑区元徳重1-401
24	名古屋市 1月11日(土)	東別院会館	●	名古屋市中区橋2丁目8-45	51	静岡県 3月2日(日)	デンソー湖西健保会館	●	湖西市梅田21-11
25	豊田市 1月12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	52	安城市 3月8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	豊橋市 1月12日(日)	アイブラザ豊橋	●	豊橋市草間町字東山143-6	53	蒲郡市 3月8日(土)	蒲郡商工会議所	●	蒲郡市港町18-23
27	安城市 1月18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	岡崎市 3月9日(日)	岡崎商工会議所	●	岡崎市竜美南1丁目2番地

※感染症の流行状況や申込状況によっては、実施会場の変更や開催中止になる場合がございますので、ご容赦願います。 ※定員に満たない場合は、中止となる場合がございます。 ※感染症対策として、会場内では換気の徹底に努めています。

●マスク生活に変わり口腔内はどう変わったでしょうか。

- 1 酸素供給能力が低下し鼻呼吸から口呼吸に。それにより口腔内が乾燥→口腔内ネバネバ→口腔内細菌が増加。
- 2 口を開く機会も減るため、かみしめ・ストレス性の歯ぎしりが増大。
- 3 舌の動きが鈍化により、唾液分泌の低下、自浄作用の低下。

常に知らず知らずのうちに負荷がかかっている口腔内。歯科健診を受診することはどんなウイルス・細菌にたいしても免疫を強くする手助けになります。健康な人生をおくるためには是非ご受診ください。

引用元: 協力健診機関: 旺志会 浅井先生