

3. リーフレット・ポスター・CD-ROM リスト

※ 御必要の際は、長崎県歯科医師会（TEL 095-848-5311）へ御連絡下さい。

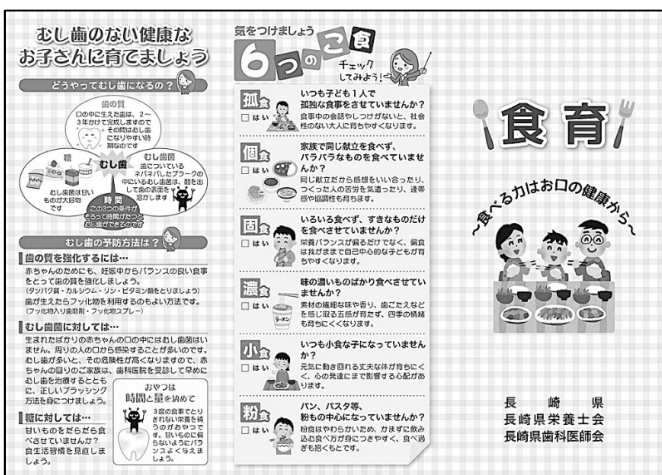
（歯っぴい噛むing!かみごたえ早見表 下敷き）平成 19 年度作成



（歯っぴい Come 噛むクッキングレシピ集）平成 19 年度作成



（食育～食べる力はお口の健康から～ リーフレット）平成 27 年度作成



(学校健診の友2009) 平成20年度作成

学校健診の友2009

健診結果の流れと要点

- 1 検診結果を本人の氏名や学年などを確認する。
- 2 結果として検診を受けていないか、検診の結果、口の健康が保たれているかを確認する。
- 3 検診結果が正常で、口の健康が保たれている場合は、検診の結果を本人に伝え、検診結果を本人に伝える。
- 4 検診結果が正常で、口の健康が保たれている場合は、検診の結果を本人に伝え、検診結果を本人に伝える。
- 5 検診結果が正常で、口の健康が保たれている場合は、検診の結果を本人に伝え、検診結果を本人に伝える。
- 6 検診結果が正常で、口の健康が保たれている場合は、検診の結果を本人に伝え、検診結果を本人に伝える。
- 7 検診結果が正常で、口の健康が保たれている場合は、検診の結果を本人に伝え、検診結果を本人に伝える。

例1 (2年生)

例2 (5年生)

検診結果の表と注意事項

(20歳までに自立！口の健康づくり対策事業リーフレット) 平成21年度作成

丈夫な歯 健康づくりの第一歩

よ坊さんと一緒に歯みがきチェック
からだと歯を強くする食事を考えよう

真ん中にあるのがよ坊さんだよ。
良い子のみんなが健康な歯で
ごはんをおいしく食べることで
よ坊さんと一緒に歯みがきや食事の
大切さを考えよう。

学年 年 組 番

名前

長崎県・長崎県歯科医師会

歯みがきチェックをしましょう

1. 歯の出しをしたあと、うがいをしましょう。
2. 赤色がのこっている歯を下の歯の赤色で塗りましょう。
3. 赤いところはフラーン(歯垢)です。歯みがきできれいしましょう。

歯の磨き方

歯垢(プラーク)のつきやすいところ

歯垢の磨き方

からだと歯を強くする食べ物や飲み物を選んで、下の表に番号を書きましょう

かからと歯を強くする食べ物や飲み物を選んで、番号を書きましょう

(歯みがきCD) 平成21年度作成

(歯の健康DVD) 平成21年度作成

歯みがきCD

♪さあ、みがきましょう！
(3分28秒)

COMPACT disc DIGITAL AUDIO

企 画/長崎県・長崎県歯科医師会
企画協力/一般社団法人長崎県歯科衛生士会
制 作/歯長崎歯科医師会・歯プロダクションナップ

(2010年1月制作)

歯の健康DVD

【収録内容】

- ★高学年向けビデオ (9分08秒)
- ★低学年向けビデオ (9分08秒)
- ★染め出しの仕方 (1分10秒)

企 画/長崎県・長崎県歯科医師会
企画協力/一般社団法人長崎県歯科衛生士会
撮影協力/大村市立倉の原小学校
制 作/歯長崎歯科医師会・歯プロダクションナップ

(2010年1月制作)


(糖尿病のあなた 歯周病大丈夫? リーフレット) 平成 22 年度作成

歯周病は糖尿病の合併症の一つです。

慢性炎症は糖尿病を悪化させます

歯周病は中高年の約8割がかかっている代表的な慢性炎症です。

糖尿病のあなた 歯周病大丈夫?



歯周病を治療すると合併症の危険性を減らす可能性があります。
長崎県歯科医師会

歯周病 セルフチェック

ひとつでも心当たりがあればかかりつけの歯科医院へ

- 歯肉が赤く腫れている
- 歯肉から出血する
- 歯肉から膿がでる
- 歯がグラグラする
- 口臭がある
- 起床時、口の中がネバネバする
- 歯くきが覆せてきた様に感じる

糖尿病と歯周病の関係

糖尿病は、歯周病やむし歯を悪化させる病気であると言われてきました。しかし同時に、歯周病が糖尿病を悪化させている可能性があることが、最近わかってきました。

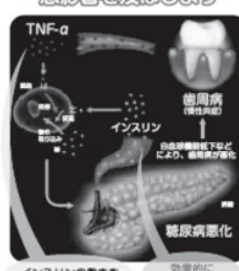
糖尿病で歯周病やむし歯が起こりやすいのはなぜ?

- 免疫機能の低下
- 創傷治癒の障害
- 血液循環の不良
- 唾液の減少

糖尿病 → 歯周病 / むし歯

糖尿病があると、免疫機能(からだを守る細胞の働き)が低下し、また循環障害(血の流れの悪化)などによって傷の治りが悪くなります。また唾液量が減少し、口の中が乾燥しやすくなります。その結果、歯周病やむし歯を起こす細菌が増殖しやすくなる上に、体の抵抗力や傷を治す能力も弱くなるので、歯周病やむし歯が進行しやすくなります。

歯周病は、糖尿病に悪影響を及ぼします



慢性歯周炎(歯周病)の存在下では、TNF-αという炎症を起こす物質の血液中の濃度が上昇しているといわれています。TNF-αにはインスリンの働きを妨害する作用があるために血糖値を上昇させることとなります。

インスリンの働きをじゃまするぞー
 効果的に働けないよー

(糖尿病のあなた 歯周病大丈夫? ポスター) 平成 22 年度作成

糖尿病のあなた 歯周病大丈夫?

歯周病を治療すれば糖尿病が改善する可能性があります



詳しくは かかりつけ歯科医へご相談ください。

長崎県歯科医師会

(カムカム歯周病事典) 平成 13 年度作成



(歯っぴいWOMENモデル事業) 平成 27 年度作成

