

40歳から74歳の皆さまへ

医療保険者または指定する医療機関などで

特定健診・特定保健指導（メタボ健診）を 受けましょう

詳しくは、加入している医療保険者（健康保険証の発行元）へお問い合わせ下さい

—— かかりつけ歯科医より ——

私たちは、皆さんの生活習慣病予防をサポートします

歯を失うことなくよく噛める
歯を失ったら入れ歯で噛める
何でもよく噛めて、
偏ることなく栄養を摂ることができる
それが生活習慣病予防の基本です

歯周病は、生活習慣病と関係があります
40歳ごろから歯周病で歯を失う方が増えていきます
これからは、歯周病の予防が大切です
そして生活習慣病は、沈黙の疾患と言われています
自覚症状なしに進行するからです

そのために、定期的な全身の健康チェックが必要になります
特定健診・特定保健指導を受診して
生活習慣を見直し、できるところから改善していきましょう

特定健康診査・特定保健指導

生活習慣病と言われる高血圧症、糖尿病、脂質異常症などは、症状が無くても心筋梗塞、脳卒中などの重大な病気につながります。特定健診は、メタボリックシンドローム（内臓脂質症候群）に着目して、これらの病気のリスクの有無を検査し、その結果から発症のリスクが高い方は、生活習慣を見直し変えていくためのサポート（特定保健指導）が受けられる健康診査です。

特定健診・特定保健指導とともに 年に1回は歯科健診を受けましょう

健康づくりは、よく噛める歯を維持し、何でも食べられることからです



一般社団法人 埼玉県歯科医師会