

岐阜市地域包括支援センター
北部 だより



「ぎふ・さわやか口腔健診」をうけてみませんか

岐阜市では、後期高齢者医療制度加入者の皆さんを対象に、「ぎふ・さわやか口腔健診」を実施しています。歯・歯肉の状態や口腔清掃状態等のチェックを行い、口腔機能低下や肺炎等の疾病を予防し、健康な毎日を送るために受診してみませんか。

【実施期間】9月1日～1月31日まで

※期間中、歯科医療機関の休診日、受診可能な時間については、事前に受診される歯科医療機関へお問い合わせください。健診の受診は期間中に1回のみです。

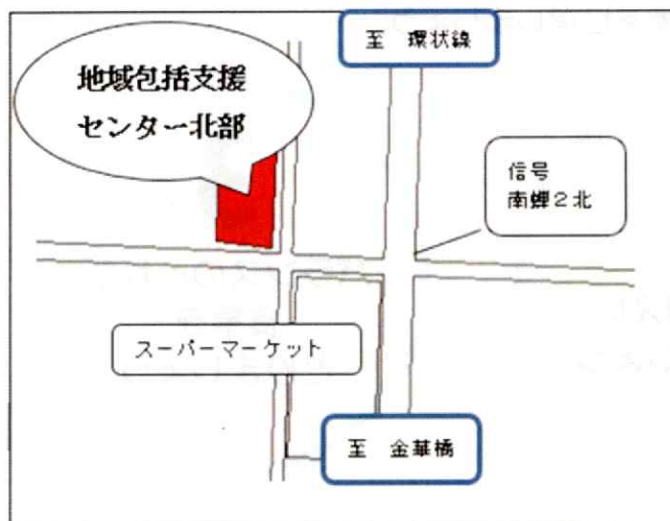
【実施機関】県内のぎふ・さわやか口腔健診委託歯科医療機関

※委託医療機関については、受診を希望される歯科医療機関に直接お問い合わせいただくか、岐阜県後期高齢者医療広域連合のホームページにてご確認ください。

【対象】後期高齢者医療制度加入者の方

- 【持ち物】①ぎふ・さわやか口腔健診受診券（対象の方には受診券が8月下旬頃届きます）
②後期高齢者医療被保険者証またはマイナ保険証
③自己負担金 300円

【お問い合わせ先】岐阜市役所 福祉医療課 保健事業係

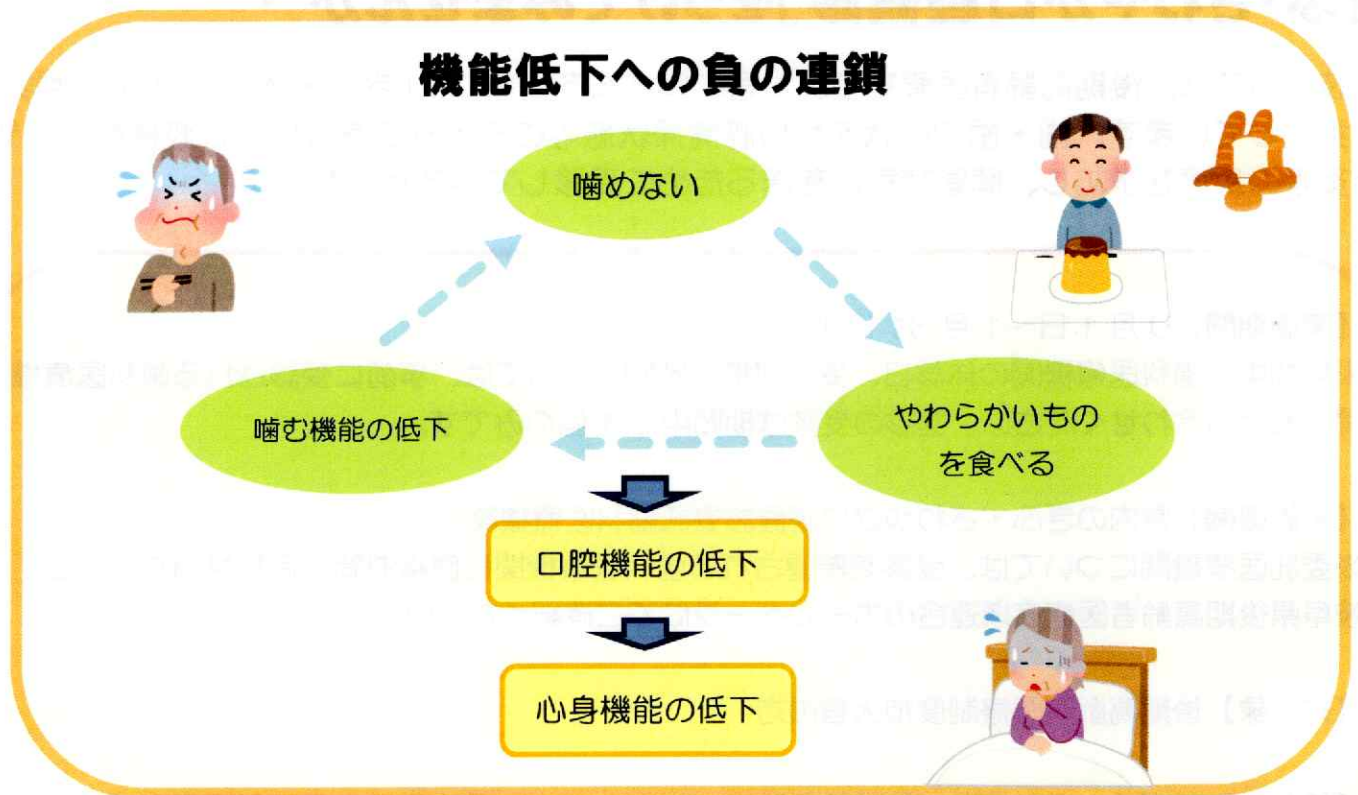


～高齢者の総合相談窓口です～
岐阜市地域包括支援センター北部
住所 岐阜市南蝉2丁目122番地
北川ビル1階
開所日 月～土（日・祝日・年末年始は休み）
開所時間 9時から17時
（開所時間外の緊急時の相談は転送電話で対応します）
電話 (058) 295-4510
FAX (058) 295-7014

オーラルフレイルについて



口のはたらきは食事や会話、表情、コミュニケーションなど生活において重要な役割をしています。口の機能が低下すると噛めない、飲み込みにくくなり、食べられるものが限られて栄養バランスがとりにくくなります。すると免疫や代謝といった機能の低下から病気にかかりやすく、治りにくくなります。口の機能の低下が心身の機能の低下へつながる場合もあるということです。口の機能が衰えている状態のことを「オーラルフレイル」といいます。



オーラルフレイル予防のために

オーラルフレイルの段階であれば改善が望めます。生活習慣を見直してフレイルを予防しましょう。歯科で定期的に歯の健診を受けるのも良いです。また、「ささいな衰え」を見逃さず、あれ？と思った時も早めに受診しましょう。バランスのとれた食事を意識して低栄養状態を予防することも大切です。いつまでも元気でおいしく食べられるように健康長寿を目指しましょう。

1

かかりつけ
歯科医を
持ちましょう

2

口の
ささいな衰えに
気をつけましょう

3

バランスのとれた
食事を
とりましょう