

40歳誕生日歯科健康診査・肝炎ウイルス検診

◆40歳誕生日歯科健康診査

対象／市内に住民登録があり、昭和58年4月1日～昭和59年3月31日生まれの方

検査内容／むし歯・歯周病などの検査

◆肝炎ウイルス検診

対象／市内に住民登録があり、令和5年4月1日から令和6年3月31日までに、40歳から70歳までの5歳刻みの年齢を迎える方で、これまでに同検診を受けたことがない方

検査内容／血液検査(B型・C型肝炎ウイルス検査)

◎共通

診査場所／協力医療機関

診査・検診期間／令和6年3月31日(日)まで

※対象の方には4月に受診票を送付しています。

※転入した方も対象となります。

健康活動アプリ「元気アップ!りいばらき」

県公式健康活動アプリ「元気アップ!りいばらき」は、健康づくりのためのスマートフォン用アプリです。アプリ内で指定している各種健康づくりの活動に取り組むことでポイントを貯めることができます。貯めたポイントで、協賛店の特典を受けたり、景品抽選イベントに参加したりすることができますので、ぜひご利用ください。

主なアプリ機能

・マイデータ管理

体重や血圧など、記録したデータをグラフで見ることができます。

・美味しおスタイル指定店

減塩などに取り組む店舗を検索することができます。

・バーチャルウォーキング

画面上のコースで旅ができます。

※アプリのダウンロード方法など、詳しくはホームページをご覧ください。



問合せ／県健康・地域ケア推進課(☎029-301-3229)

7月の献血

献血は「命を救うボランティア」です。ぜひご協力をお願いします。

日時／7月28日(金)

10:15～11:45、13:00～16:00

場所／イオンモール土浦(花火ひろば北入口)



元気アップ!りいばらき

健康教室

八重歯のリスクと治療について

土浦市歯科医師会
宮田 浩(宮田歯科クリニック)

八重歯とは上顎の前から3番目に生える犬歯(糸切り歯)が、両隣の歯よりも外側に飛び出した位置に生えている状態のことをいいます。

八重歯になる原因として、先天的に顎が小さいために歯が生えるスペースがない、後天的にやわらかいものばかりを食べていることで噛む力が育たず、顎の成長が十分でないなどがあげられます。八重歯は放っておくとさまざまなリスクがあるので、なるべく早い対応が必要です。

◆八重歯を放っておくリスク

- ①歯並びが違う位置にあるため、歯磨きがしづらくなり、磨き残しが原因でむし歯や歯周病になりやすい。
- ②八重歯の位置や生えている向きによって、頬や唇に当たって内側の粘膜を傷つけたり、口内炎ができる。
- ③唇が閉じにくい場合は口呼吸になり、口の中が乾燥して唾液の量が少なくなる。そのため、細菌の繁殖を抑える免疫作用が低下することでむし歯や歯周病になりやすい。
- ④笑ったときに八重歯が目立つことからコンプレックス

を抱いてしまい、精神的ストレスを感じることで日常生活にも悪影響を及ぼす場合がある。

◆八重歯の治療方法

①矯正治療

八重歯は歯並びの不自然な重なりによって起こるため、歯並びを根本から治す。

②詰めものや被せものによる修復治療

八重歯や八重歯に隣りあう歯を削って、詰めものや被せものをする事で、八重歯を目立たないようにしたり、前歯の見た目を整える。欠点としては、自身の歯を削る必要がある。

③抜歯

八重歯となる犬歯は歯根が長く、噛み合わせにはとても重要な役割を持っている。そのため、なるべく抜歯をすることは避けた方が良い。

状態によって対応が異なるので、かかりつけの歯科医師に相談することをおすすめします。