

歯科健診で<sup>+</sup>からだを守る



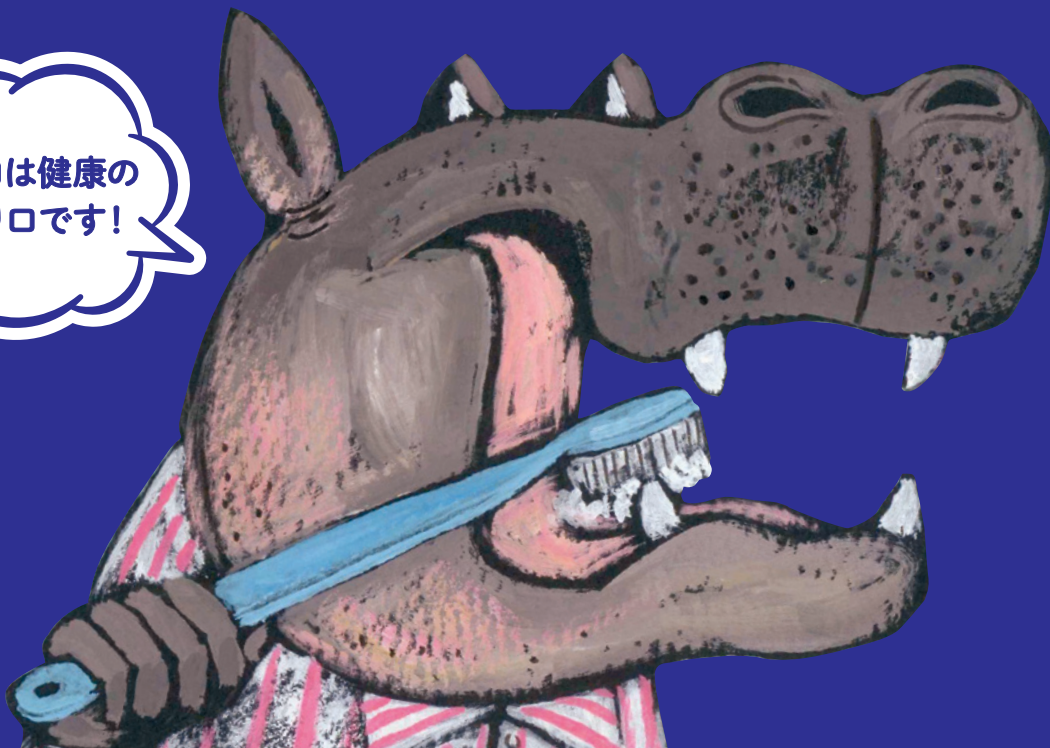
# くちパト

さが お口のパトロールプロジェクト

定期健診で  
お口をパトロール

食事をするときや、運動をするときなど日常生活を送るために、歯と口の健康は欠かせません。むし歯や歯周病などのお口のトラブルは歯と口の健康を損なうだけでなく、糖尿病や肺炎など全身の様々な病気を引き起こします。さが お口のパトロールプロジェクト（くちパト）は、定期的に歯科健診を受けてお口の中をパトロールすることで、歯と口のトラブルや、それに伴うからだの病気の予防・早期治療を目指すプロジェクトです。

お口は健康の  
入り口です!



## 歯科健診が

# からだの健康を守る



お口の健康状態は**全身に大きな影響**を与えます。

むし歯や歯周病により歯を失って噛む力が低下すると、食生活の変化や偏りを招いて**生活習慣病**になったり、低栄養で**免疫機能が低下**したりする恐れがあります。

また、歯周病は、全身の様々な病気を引き起こす危険があります。

その中でも**糖尿病**は、歯周病と相互に作用しあって**症状を悪化**させてしまいます。  
からだの健康を守るためには、**症状がなくても定期的な歯科健診を受ける**ことが大切です。

## トラブル防ぐ 定期健診

歯と口の健康を守るには、「かかりつけ歯科医」をもち、  
定期的な健診を受けることが大切です。

### メリットその1

#### 異常を早期発見！

むし歯や歯周病は症状がなく進行します。定期的に健診を受けることで、初期の段階で病気を**早期発見**ができ、治療回数が少なくなったり、**重症化を防ぐ**ことができます。

### メリットその2

#### からだも健康に！

定期的な健診でお口の健康が保たれると、**噛む力が維持**されます。その結果、バランス良く食事ができたり、健康的にからだを動かせたりするので、**いつまでも元気なからだ**でいられます。

監修：九州大学大学院 歯学研究院 講師 古田 美智子

## 健康のために歯科健診を受けよう！

佐賀県 佐賀県 健康増進課 〒840-8570 佐賀市城内一丁目1-59  
TEL: 0952-25-7075 E-mail: kenkouzoushin@pref.saga.lg.jp

さが健康維新県民運動  
<https://www.pref.saga.lg.jp/kiji00376368/index.html>



いだけます野菜から  
**ベジスタ!**  
SAGA VEGETABLE START project

sagavegesta  
レシピ動画や  
イベント情報を  
発信中!



佐賀県公式ウォーキングアプリ

# SAGATOCO

