

## 定期的に歯周病検診を受けましょう

定期的に歯周病の検診を受けていますか？

歯周病は歯周病菌による感染症で、歯肉に炎症が起こり、やがて歯を支える骨（歯槽骨）が溶けてしまう病気です。痛みを伴わないこともあるため、若い方でもいつの間にか進行している場合があります。歯が抜けたりかみにくくなることで健康が損なわれ、心臓病や糖尿病などの生活習慣病に悪影響を及ぼすともわれています。



### 歯周病検診の無料受診券を送付します



皆さんの歯と口腔の健康づくりを推進するため、市では毎年20歳から80歳までの10歳刻みの節目年齢の方に無料受診券を送付します。歯や口の健康状態を確認する機会として、ぜひ活用してください。

#### 2026年度送付対象者

- [ 20歳 ] 2006年4月2日～2007年4月1日生
- [ 30歳 ] 1996年4月2日～1997年4月1日生
- [ 40歳 ] 1986年4月2日～1987年4月1日生
- [ 50歳 ] 1976年4月2日～1977年4月1日生
- [ 60歳 ] 1966年4月2日～1967年4月1日生
- [ 70歳 ] 1956年4月2日～1957年4月1日生
- [ 80歳 ] 1946年4月2日～1947年4月1日生

#### 受診期間

2026年7月1日(水)～2027年3月31日(水)

#### 受診券が使える歯科医院

受診券送付時に同封している「医院一覧表」に記載の歯科医院

市ホームページ「歯周病検診」▶



歯周病検診・  
歯科検診は  
100ポイント

## 健康ポイントを貯めて 商品券をゲットしよう

期間中、健康づくりに取り組んだり、対象の健診などを受診した際にポイントを付与し、商品券と交換します。

#### 開催期間

6月1日(月)～11月30日(月)

#### 対象

18歳以上で、市内に在住または在勤の方

### まずは参加申込

申し込みは公式LINEのメニュー「予約・申込」ボタンから

安芸高田市公式LINEを「友だち登録」していない方は▶

カメラで読み取って登録



### 健康づくりや健診・イベントに参加して ポイントを貯めよう！

#### 毎日の健康づくりポイント

- 自分で立てた目標を達成
- 体重を測定
- 野菜を毎食摂取 など

#### 健診・イベント参加ポイント

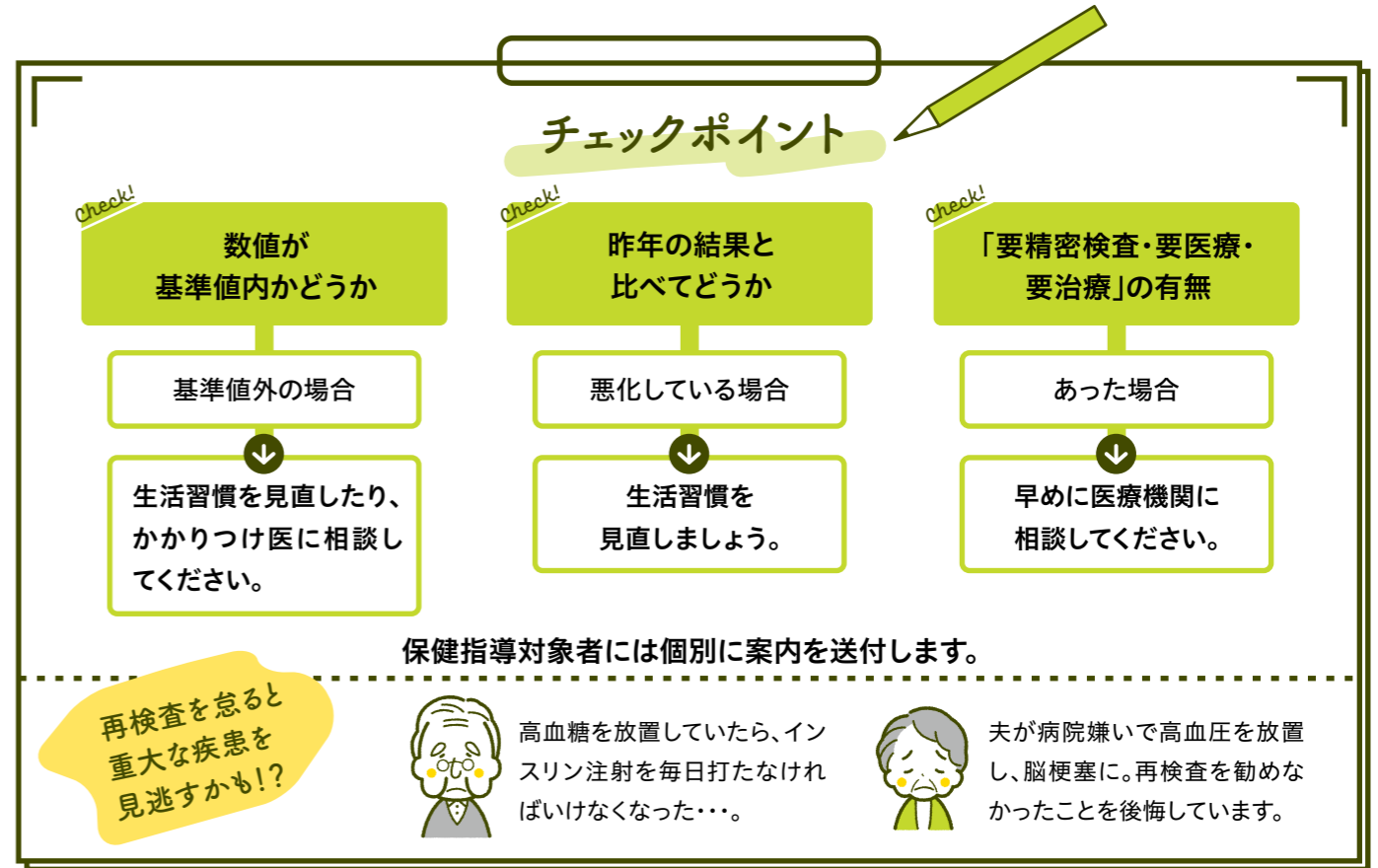
- 健診やがん検診を受ける
- 健康づくり講演会に参加
- 健康づくりイベントに参加 など

### ポイントを商品券に引き換え

1,000ポイントで1,000円分の商品券と交換します(1人1回限り)。

## 総合健診の「健診結果」を活用しましょう！

6月から実施した総合健診の結果を7月以降に順次郵送します。健診結果を確認し、健康づくりに役立ててください。



再検査を怠ると  
重大な疾患を  
見逃すかも!?



高血糖を放置していたら、インスリン注射を毎日打たなければいけなくなった…。



夫が病院嫌いで高血圧を放置し、脳梗塞に。再検査を勧めなかったことを後悔しています。

安芸高田市では、「高血圧性疾患」「脂質異常症」「糖尿病」が疾病件数の上位を占めています(国保データベースシステムより)。高血圧や高血糖の状態が長く続くと動脈硬化を引き起こし、脳卒中(脳梗塞、脳出血、くも膜下出血)や心筋梗塞などの発症リスクを高めます。また、糖尿病が長期間進行すると、人工透析や腎移植が必要になる場合があります。健康的な生活を送るために、健診結果を活用し、生活習慣病の発症を予防しましょう。

## 健康づくりと介護予防

# はっらっ健康教室

#### 教室内容

健康づくりと介護予防のための筋力維持・強化運動

#### 対象

65歳以上で、医師から運動制限を受けていない方

#### 開催時間

13:30～15:30

申込 不要

参加費 無料

※水分補給のための飲み物を持ってきてください。  
※美土里会場に参加する方は屋内シューズを持ってきてください。

#### 〈7月の開催日程〉

マルシンクリスタルアージュ大ホール	8日(水)
	17日(金)
八千代文化施設フォルテ文化ホール	22日(水)
美土里生涯学習センターまなび文化ホール	28日(火)
高宮田園パラッツォ大交流室	1日(水)
甲田文化センターミューズ多目的ホール	3日(金)
	15日(水)
向原生涯学習センターみらい文化ホール	14日(火)