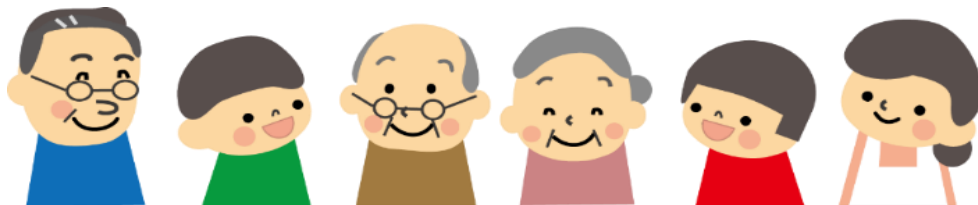


令和3年
4月1日
施行

小牧市 歯と口腔の健康づくり推進条例

が制定されました



どうして条例ができたの？

歯と口腔の健康は、全身の健康に重要な役割を果たしています。
市民の皆さまが生涯にわたり、健康でいきいきと暮らせる社会の実現をめざし、
この条例が制定されました。



どんな条例なの？

歯と口腔の健康づくりを進めるための基本理念や市の責務、市民の皆さま、
歯科保健医療関係者、保健医療関係者、事業者の役割を明記するとともに、
小牧市の基本的な施策などが定められています。



みんなで一緒に取り組みましょう！

市民

- 歯と口腔の健康づくりに関する理解を深めましょう。
 - 望ましい食生活を心がけましょう。
 - 定期的な歯科健診を受けるようにしましょう。
- ※生涯にわたり自ら積極的に歯と口腔の健康づくりに努めましょう。

小牧市

- 関係機関と連携し、歯と口腔の健康づくりに関する施策を実施します。

保健医療等関係者

(医師、看護師、保育、学校関係者など)

- 各業務において歯と口腔の健康づくりに取り組みましょう。
- 歯と口腔の健康づくりに関する市民の取り組みを支援しましょう。



事業者

(企業、事業所)

- 従業員の歯科健診の受診などを積極的に働きかけ、歯と口腔の健康づくりを支援しましょう。
- 従業員の口腔管理についての知識を深めましょう。

歯科医療等関係者

(歯科医師、歯科衛生士など)

- 適切な歯科医療や歯科保健指導を提供しましょう。
- 歯と口腔の健康づくりに関する市民の取り組みを支援しましょう。





歯と口腔を健康に保つポイント

自分のお口の健康について 関心を持ちましょう

「歯が痛くないから自分は大丈夫」と過信せず、自分の歯や口腔の健康状態について意識を高めましょう。



歯と口腔の健康づくりに関する 知識と理解を深めましょう

歯と口腔の健康づくりに関して正しい知識を身に付けるとともに、理解を深めましょう。



毎日の生活の中で、歯と口腔の 健康づくりを心がけましょう

自分に合った歯ブラシや歯間部清掃具（デンタルフロス・歯間ブラシ）を使用し、歯科疾患を予防したり、よく噛んで食べるなど、歯と口腔の健康づくりに向けた生活習慣を心がけましょう。



定期的な歯科健診・歯科保健指導 を受けましょう

むし歯や歯周病などの予防及び早期発見・早期治療のため、定期的な歯科健診を受け、必要に応じ歯科保健指導を受けましょう。



■ ライフステージに応じた歯と口腔を健康に保つポイント



乳幼児期：乳歯が生え、口腔機能が発達します

- ・ 歯みがきの習慣をつけると共に、保護者が仕上げみがきを行いましょう。
- ・ 食事やおやつは決まった時間にとり、ダラダラ飲食は控えましょう。



学童期：永久歯に生え変わります

- ・ 一口30回以上噛んで食べる習慣を身につけましょう。
- ・ 鏡を見て、歯や歯肉のチェックをしながら歯をみがきましょう。
- ・ 小学校を卒業するまでは、仕上げみがきを続けましょう。



成人期：歯周病が急増します

- ・ 個々に応じた歯みがき方法を知り、食後は歯をみがきましょう。
- ・ 歯間部清掃具（デンタルフロス・歯間ブラシ）などを使用しましょう。



高齢期：口腔機能が低下しはじめます

- ・ 表情筋や舌のトレーニングなど、口腔機能の向上に向けた取組を行いましょう。



全市民：かかりつけ歯科での定期的な歯科健診を受けましょう



歯・口の健康のため、できることから取組みましょう！