



## 春から始める！ 家族でできるお口 の健康管理



春は会社の検診、学校の検診の季節になります。気づかなかった病気に気がついて、早めに対応することで楽しい生活を送ることができます。「笑ってしゃべって食べられる」歯科ができる皆さんへの貢献です。

### contents

- P.2 歯周病の原因と治療方法
- P.3 当院は在宅療養支援歯科診療所です
- P.3 新生活に合わせた矯正のご提案
- P.4 医院日より、医院カレンダー

INFORMATION OF GOJO DENTAL CLINIC

# カバッこ新聞

2025年春号 2025年3月発行 通巻46号



医療法人IPPO  
**五條歯科医院**  
カバのマークの歯科医院

横浜市金沢区釜利谷東6-21-1-101

**TEL:045-791-0118**

ホームページ：

<https://www.gojodental.com>



「歯ブラシができていないから歯周病になる」と思っていませんか？実は、歯周病は単なるブラッシング不足が原因ではなく、生活習慣の乱れが大きく影響します。夜更かし、喫煙、偏った食生活、ストレスなどは体の免疫力を低下させ、歯ぐきの健康を損ないます。特に喫煙者は非喫煙者に比べて4倍も歯周病にかかりやすいことがわかっています。

歯周病の主な原因は、歯に付着する細菌のかたまり「プラーク（歯垢）」です。プラークが放置されると「バイオフィルム」という強固な膜になり、通常の歯磨きでは簡単に落とせなくなります。このバイオフィルムが歯周病を引き起こし、進行すると歯を支える骨が溶けて歯が抜けることも。さらに、歯周病菌が血流を通じて全身に広がると、心疾患や糖尿病の悪化、妊娠中の早産リスクが高まります。

## 歯周病のリスクを高める要素（オッズ比）

オッズ比は歯周病にかかる確率を示します。1.0を超えるほどリスクが高まります。

（参考文献 [https://www.perio.jp/file/news/info\\_220415.pdf](https://www.perio.jp/file/news/info_220415.pdf)）



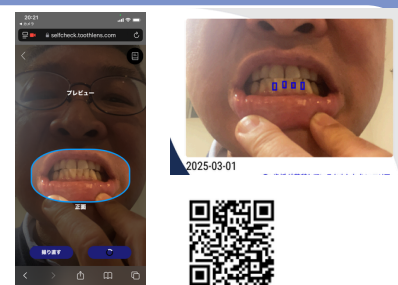
## 予防と治療のポイント

- 正しいセルフケア：適切な歯磨きとデンタルフロス、歯間ブラシの使用。
- プロケア（歯科医院でのケア）：定期的なクリーニングと歯周ポケットのチェック。
- 生活習慣の改善：規則正しい生活、バランスのとれた食事、禁煙の実践。
- 一生涯にわたってのプラークコントロール

💡 当院では患者さま一人ひとりの生活習慣に合わせたケア方法をご提案します！

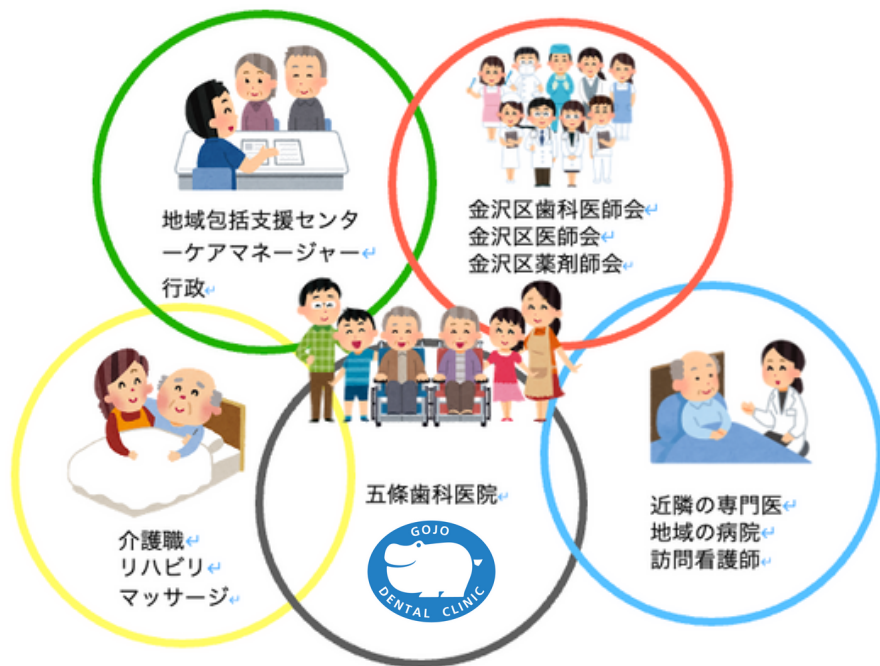
歯ぐきからの出血や口臭が気になる場合は、早めにご相談ください。

AIで簡単セルフ歯みがきチェック！「Toothlens」日本初導入  
スマホで撮影するだけで、歯垢の残りやすい箇所をAIが自動解析する「Toothlens（トゥースレンズ）」がP&Gが開発しました。歯科医師による写真分析と90%以上の一致率を誇り、アメリカではすでに240万人が利用するツールです。五條が使ってみたところもう少しな感じです。





通院が困難になった方々のために訪問歯科診療を行っています。歯科医師会や病院、介護事業所と連携し、継続的な口腔衛生管理をサポート。口の健康は全身の健康に直結し、適切なケアを続けることで食事や会話の質を維持し、生活の質の向上につながります。お口の状態が気になる方、ご家族のケアを考えている方は、ぜひご相談ください。



## 介護するあなたを支える、訪問歯科診療

お口の健康が、食べる力・歩く力を守ります。

費用のめやす

### 1. 訪問診療の基本料金

訪問歯科診療には、診察や治療にかかる基本料金があります。

- 1回の訪問につき 約1,100円（自己負担1割の場合）
- 複数の方が同じ施設で受診される場合、費用が少し安くなります。
- 診療の内容によって費用が異なることがあります。

### 2. 総入れ歯（義歯）の作成費用

入れ歯が必要な方には、訪問診療でも作成が可能です。

- 上下の総入れ歯を作成する場合： 約30,000円（自己負担1割の場合）
- 調整や修理にも別途費用がかかります。

### 3. 口腔ケアの費用（歯やお口のクリーニング・指導）

口腔ケアを行うことで、お口の健康を守り、誤嚥性肺炎などの病気を予防できます。

- 歯科衛生士によるお口のケア・指導（1回）： 約350円（自己負担1割の場合）
- 定期的なケアを受けることで、お口の健康が保たれます。

## 新生活に合わせた矯正のご提案



春は新学期が始まり、学校の歯科検診が実施される季節です。検診で「歯並び1（要観察）」や「歯並び2（要治療）」と診断されることがありますが、特に「歯並び1（要観察）」は見過ごされがちです。この段階で適切な対応を取ることで、将来の本格的な矯正治療を回避できることもあります。

矯正治療は単に見た目を整えるだけではなく、正しい食べ方・呼吸・姿勢の改善にもつながります。例えば、口呼吸が習慣化すると顎の成長が阻害され、歯並びや噛み合わせに悪影響を与えることがあります。子どもの矯正は成長期を利用できるため、比較的短期間で効果が期待できるのも特徴です。

頬杖をする人としない人では1.9倍  
口呼吸の人とそうでない人では2.8倍  
歯並びが悪くなります



### ✓ ポイント

- 成長期の早期対応がカギ！ 矯正は早ければ早いほどスムーズ。
- 生活習慣の改善も歯並び予防に直結します。

💡 当院では、お子さま一人ひとりに合った矯正プランをご提案しています。お気軽にご相談ください！

参考 <https://www.gakkohoken.jp/>

## ✿退職のご挨拶✿



歯科衛生士の小嶋です

5/20をもって退職することになりました。  
五條歯科医院でたくさんのことを学ばせて  
いただきました。

寂しい気持ちもありますが、沢山の方を担  
当に持つことができ感謝の気持ちでいっ  
ぱいです。

長い間ありがとうございました。

## 📻 シーサイドFMに出演！

5月17日(土) 11:00～

当院がシーサイドFMに出演し、歯科に  
関する最新情報や日常で役立つセルフ  
ケアのポイントをお届けします！ぜひ  
お聴きください。

## 😊😊 \*\*乳幼児向けの歯科相談を実施しました！\*\*😊😊



母乳から離乳食への移行期は、正しい食べ方や飲  
み方の習慣を身につける大切な時期です。この時  
期に適切な指導を受けることで、虫歯予防はもち  
ろん、きれいな歯並びを育むことができます。

✅ 保護者さま向けの個別相談も随時受付中！

## 横浜市 歯周病検診

満40・50・60・70歳の方

自己負担金 500円



## 医院カレンダー



### 4月

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30			

### 5月

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

### 6月

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30					

### 7月

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

休診日

矯正