


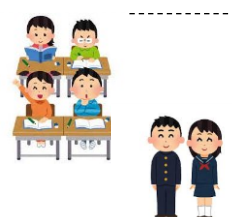

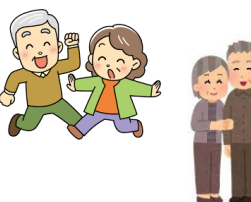



歯・口腔の健康づくりに向けた県民の行動目標

	妊産婦期	乳幼児期	少年期	青壮年期	中年期・高齢期	歯科医療を受けることに困難がある人等
		0～5歳	6～15歳	16～29歳 30～44歳	45～64歳・65歳以上	
						
	妊婦歯科健診	乳幼児 歯科健診	園、学校歯科健診	歯周病検診	後期高齢者 歯科口腔健康診査	
県民の行動目標 ※	・市町村で実施している妊婦歯科健診などを活用し、定期的に歯科健診を受診します。	・乳歯がむし歯にならないよう、正しい歯みがきや仕上げみがきの習慣を身につけます。	・乳歯や永久歯がむし歯にならないよう、また歯肉炎を予防するために、正しい歯みがき習慣を身につけます。	・市町村で実施している成人歯科健診(歯周病検診)などを活用し、定期的に歯科健診を受診します。	・口の機能(食物を口に取り込み、かんで飲み込むことなど)の維持、向上のために必要な知識を身につけ、実践します。	・家庭や施設などにおいて、歯間部清掃用具などを用いたセルフケアを行います。 ・支援者(介護者)等が口腔ケアに必要な知識を身につけ実践します。

※これは一例であり、お一人お一人が歯・口腔の健康づくりに向け、目標を設定するよう努めましょう。



かかりつけ歯科医を持ち、定期的に歯科健診を受診しましょう