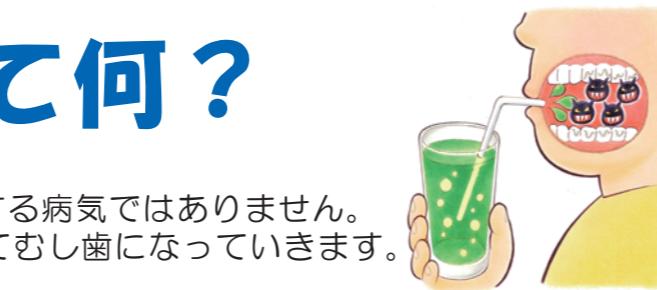




## むし歯

# むし歯って何？

むし歯とは突然歯に穴が開いたり欠けたりする病気ではありません。歯の成分が溶け出して、少しずつ穴があいてむし歯になっていきます。



## むし歯を予防するには？

むし歯は主に4つの要素が重なることでできます。

①細菌（ミュータンス菌）歯垢となって歯の表面にくっつきます。なんと言っても毎日の歯磨きが大事。特に寝る前の歯磨きはその日に付着した歯垢を全て落とすぞ！くらいの意気込みで頑張りましょう♪デンタルフロスや歯間ブラシを併用すると効果的。お口の中の菌を減らしましょう！

②糖質（砂糖や炭水化物など）むし歯菌の大好物。甘いものには疲れを解消したりストレス軽減の効果もあり、完全に断つのは難しいです。糖分が含まれていてもお口の中に長期に残りにくいものを選びましょう。

③歯の質（酸への抵抗力）歯の強さには個人差があります。乳歯や生えたばかりの永久歯は弱いので要注意！

フッ化物は歯を強くしたり、むし歯になりかけた歯の修復を促進したり、むし歯菌の働きを抑えて歯が溶けにくくする効果もあります。

食品では海産物や茶葉に多く含まれています。フッ化物配合の歯磨き剤を毎日使いましょう。歯科医院での高濃度のフッ化物塗布や予防充填（シーラント）も効果大！

④時間 だらだら食べたり飲んだりしないで規則正しい生活を心がけましょう。間食も時間を決めて、夜寝る前は飲食を控えましょう。

### ☆定期的に歯科健診を受けましょう☆

どんなに頑張っていても磨き残しはあるものです。歯医者さんや歯科衛生士さんに診てもらいメインテナンスを受けましょう。



### 歯みがきの仕方



奥歯の噛む面の溝に歯ブラシの毛先を当て小刻みに振動する。



歯の表と裏側に歯ブラシの毛先を直角に当て振動を与える。



歯と歯の間にデンタルフロスや歯間ブラシを使用する。

## むし歯の進行段階

### C0 初期むし歯

予防処置でまだ治るかも！歯の表面がわずかに脱灰して白く濁ったり茶色い線のように見えます。



### C1 歯の表面のエナメル質にだけ穴が開いているむし歯

痛みはまだ感じません。



### C2 エナメル質の下にある象牙質にまで達するむし歯

冷たいものや甘いものでしみるなどの症状が出ることも。



### C3 歯の神経まで達するむし歯

何もしなくても痛むことがあります。



### C4 根っこのみ残っているむし歯

多くの場合抜歯になってしまいます。



## むし歯になりやすいところは？

むし歯は、奥歯のかみ合わせの溝、歯と歯の間、歯の根元の歯肉に近いところにできやすいです。また、以前にむし歯の治療をしている歯の詰めた材料と歯の境目からもむし歯ができます。

歯周病や力を入れ過ぎの歯磨きにより歯肉が減ってきて根っこの弱い部分が露出したところからもなりやすいです。

また、乳歯はもともと歯の質が柔らかいので一度むし歯になると一気に進みます。哺乳瓶で甘いものを飲ませる習慣があると広範囲にむし歯ができてしまうので控えましょう。

## 歯科で使われるフッ化物は体に毒はないの？

最近ニュースで有害化学物質P F A Sという有機フッ素化合物の問題が取り上げられています。歯磨き剤や歯科医院で塗布するフッ化物は、自然界に存在するもので有害性はありません。名前は似ていますが、全く別のものです。

## 児童虐待

児童虐待かも、と思ったら189へ通報のお電話を。地域の児童相談所につながります。

3桁ダイヤル  
**189**  
いちはやく



こども110番の歯科医院



一般社団法人 川口歯科医師会  
川口市教育委員会・川口警察署・武南警察署



## 骨粗しょう症と歯科

背が縮んできた気がする、背中が曲がってきた、腰が痛いなどの症状はありませんか？

骨粗しょう症による骨折のサインかもしれません。骨が脆くなり、骨折しやすくなる病気を骨粗しょう症といいます。女性は50歳を過ぎると急激に骨密度が低下し、80歳くらいで気づかぬうちに圧迫骨折していることもあります。

骨粗しょう症による骨折が原因で、高齢者が要介護や寝たきりの状態になってしまふこともあります。

骨密度を測るには、かかと等の骨に超音波をあてたり、手指のレントゲンを撮る簡易的な検査とDEXA法という、より正確な検査があります。

若い人の平均値と比べて自分の骨密度が何%であるかが示され、80%以上なら正常範囲となります。閉経後の早いうちから数値を把握しておくことで早期発見・早期治療ができます。

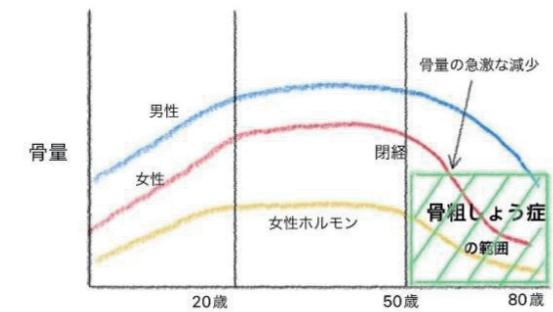
カルシウムを含む乳製品・大豆製品やビタミンDなどを積極的に取ると予防になりますし、適度な日光浴、ウォーキングやかかと落としなどの骨に刺激が加わる運動もお勧めです。生活習慣の改善（食事療法や運動療法）に加えて、薬物療法で骨を丈夫にしていくことも重要です。これらの薬は健康寿命を延ばすことを期待して処方されます。

## 歯科を受診して口腔環境を改善しましょう

骨粗しょう症と歯医者さんなんて関係なさそう、と考える方も多いかと思います。しかし骨粗しょう症のお薬（ビスフォスフォネート製剤、テノスマブなど）を飲んだり注射している患者さんに顎骨壊死が生じることがあります。細菌感染がおこると重症化することもあり、不良な口腔衛生状態、歯周病、根尖病変などの顎骨内に発症する感染性疾患には気をつけなければなりません。抜歯後に顎骨壊死が生じていると判明することがあります。

骨粗しょう症と診断されたら、まずは歯科を受診してレントゲンを撮ってもらいましょう。予後の悪い歯を無理やり残しておくことはお勧めできません。

歯医者さんと相談して治療を進めていきましょう。顎骨壊死の予防、早期発見・早期治療のためにもかかりつけの歯科医院に定期的に健診に行くことをお勧めします。



オーラル  
フレイ

口腔機能のトレーニングを  
習慣化しましょう！！

だ液腺マッサージ 飲み込む訓練 お口の機能体操



あいうべ体操  
パタカラ体操

お口の機能が低下すると栄養が取りにくくなったり、身体の虚弱や誤嚥性肺炎・認知症などの病気の要因になります。だ液の量を増やしてお口の中の細菌を減らし、飲み込む力を鍛えましょう。



一般社団法人日本老年医学会  
一般社団法人日本老年歯科医学会  
一般社団法人日本サルコペニア・フレイル学会  
オーラルフレイのに関する3学会合同ステートメント2024

## 成人歯科健診+歯科ドック

対象者: 18歳以上の川口市在住者

自己負担: 歯科健診のみ 500円

歯科健診+歯科ドック 2,000円

※今年4月1日時点です55歳・80歳の方は、埼玉県後期高齢者医療広域連合の無料歯科健診をご利用ください。

※歯科ドックはだ液を使って専門的な検査をして、将来的なリスクを調べ口腔ケアを指導します。

◎むし歯リスク検査 う蝕活動検査 だ液緩衝能検査 だ液量検査

◎歯周病リスク検査 だ液潜血検査

※歯科ドックを受診される方は2時間前から飲食・歯みがき・うがいは控えてください。

川口歯科医師会の登録歯科医院

※別刷りの会員診療所一覧をご覧ください。

## 訪問歯科健診

川口市在住の、寝たきり等で通院が困難な高齢者、障がい者等を対象に、歯科医師が訪問して歯科健診を実施します。申込みは、お気軽にお電話下さい。

【高齢者】川口市  
保健所 健康増進課

【障がい者】  
川口市 障害福祉課

TEL 048-256-1135

TEL 048-259-7926

月曜～金曜日 8:30～17:15 (年末年始・祝日除く)

## 口腔がん検診

対象者: 30歳以上の川口市在住者

自己負担: 500円

※70歳以上、生活保護、非課税世帯（事前申請）の方は無料です。

※検診後、精密検査が必要な時は、別途負担がかかります。

※1年に1回に限ります。

川口歯科医師会の登録歯科医院

※別刷りの会員診療所一覧をご覧ください。

## 訪問歯科診療

歯科衛生士が歯科相談の電話窓口を担当し、診療が必要な場合は、歯科医師が訪問して歯科診療を実施します。

川口訪問歯科センター

TEL 090-4067-8020

月曜～金曜日 10:00～15:00 (年末年始・祝日除く)



# 川口歯科医師会 会員診療所名一覧 (保存版)

- 成人歯科健診実施医院
- 歯科ドック実施医院
- 口腔がん検診実施医院
- スポーツマウスガード指定歯科医療機関



## 《本町・幸町・栄町地区》

●●● さいとう歯科医院	222-3262	●●● 朝日南歯科診療所	223-8844
● いしかわ歯科クリニック	223-1093	●●● 伊藤歯科医院	225-2968
● 末広歯科医院	251-2311	●●● 高橋歯科医院	223-1176
●●● 白岩歯科	224-5487	●●● 西川歯科医院	225-1851
●●● 前川歯科医院	222-3844	●●● ナカムラ歯科	222-6464
● 保坂歯科クリニック	259-1951	●●● 小嶋歯科クリニック	224-2331
● にいさか矯正歯科	241-4187	●●● そよかぜ歯科	223-8148
●●● 森田歯科医院	223-1700	●●● うけがわ歯科元郷医院	050-5330
●●● 高木デンタルクリニック	240-8020	●●● ゆう歯科医院	226-4759
●●● 川口駅マツモト歯科	257-0303	●●● はしだ歯科医院	226-4343
●●● カワムラ歯科医院	256-0118	●●● デンタルクリニックK	229-1777
コートハウス歯科医院	256-7127	●●● あけぼの歯科川口末広	299-8281
●●● 森歯科医院	251-5231	●●● うけがわ歯科弥平・	050-5330
●●● 篠木歯科	254-0118	●●● 矯正歯科	-0827
●●● 南雲歯科医院	258-3434	<b>《青木・中青木地区》</b>	
●●● すずき矯正歯科	252-8818	●●● 成田歯科医院	251-4431
●●● 吉井歯科医院	251-4814	●●● 高地歯科クリニック	251-6487
●●● 橋本歯科医院	254-3810	●●● 鷺頭歯科医院	257-1971
●●● パークタワー		●●● 渡辺歯科・矯正歯科	258-2828
●●● いとう歯科医院	258-4618	●●● 中青木歯科医院	254-5936
●●● メープル歯科クリニック	256-2979	●●● 川口ホワイト歯科	256-8828
●●● 吉野歯科医院	252-3390	●●● さつき歯科クリニック	299-5547
●●● 清村矯正歯科	255-8155	●●● 川口こたに歯科 矯正歯科	299-3856
●●● センタービル歯科	225-8049	<b>《飯塚・仲町・川口地区》</b>	
●●● 元郷フローラ歯科	225-4618	●●● 谷野歯科医院	252-4273
●●● フレンドデンタル		●●● 中沢歯科医院	255-1480
●●● オフィス	256-6171	●●● 平田歯科クリニック	251-1131
●●● ふじさわ歯科クリニック	255-6480	●●● 二階堂歯科医院	252-7222
●●● ひなたデンタル		●●● 石橋歯科クリニック	257-5040
●●● クリニック川口	222-1188	●●● かしま歯科医院	257-4855
<b>《元郷・朝日・領家地区》</b>		●●● おおむら歯科医院	256-4618
●●● 長谷川歯科医院	211-6692	●●● リブレカしま歯科	
●●● 山田歯科クリニック	223-1804	●●● クリニック	254-4158
●●● 小林盛生歯科	226-3260	●●● かめだ歯科医院	258-8555
●●● 鷹賀歯科医院	222-4528	●●● うけがわ歯科	050-5330
		●●● 川口駅前医院	-1236

## 《西川口地区》

●●● 西村歯科医院	252-4597
●●● 加藤歯科医院	254-7164
●●● 石川歯科医院	252-7700
●●● 倉田歯科クリニック	259-2244
●●● 池上歯科クリニック	258-2277
●●● 中川歯科医院	257-6900

## 《並木・西青木・上青木地区》

●●● オクヤマ歯科医院	253-2631
●●● おおぬま歯科クリニック	253-5510
●●● みなとデンタルクリニック	255-1687
●●● 杉井歯科医院	255-1164
●●● 三木歯科医院	251-7353
●●● 美増歯科医院	253-6481
●●● 藤田歯科医院	256-3382
●●● 西川歯科クリニック	253-4280
●●● 二瓶歯科医院	251-5300
●●● 川口きゅうぽら	
●●● リハビリテーション病院	299-3651
●●● 井本歯科クリニック	250-2418
●●● ながせ歯科クリニック	269-9080
●●● アクア歯科医院	251-8040
●●● 阿川歯科医院	265-5402
●●● 青木公園前	
●●● みやおか歯科医院	240-6480
●●● のぶスマイル歯科	287-3778
●●● なんば歯科	251-3527
●●● メグ歯科クリニック	255-5134
●●● かわぐちSKIPシティ歯科	
●●● 矯正歯科	423-3302

## 《芝・小谷場地区》

●●● 旭歯科医院	266-1540
●●● やまと歯科クリニック	269-8241
●●● 東歯科医院	266-3119
●●● 大島デンタルクリニック	266-7616
●●● 穴山歯科医院	261-0306
●●● 高木歯科医院	266-5581
●●● 松尾歯科医院	266-1212
●●● 聖美歯科医院	268-4331
●●● 芝園歯科クリニック	269-6151
●●● 川本歯科医院	262-2911
●●● パーク歯科クリニック	266-8845
●●● 平松歯科医院	263-6311
●●● 田辺歯科医院	
●●● ひの歯科医院	263-1332
●●● 西村歯科医院	268-8262
●●● 神原歯科医院	265-6480
●●● まつもと歯科医院	267-5454

## 《前川・柳崎・木曽呂・根岸地区》

●●● 芝西歯科医院	261-3798
●●● アール歯科クリニック	263-5115
●●● 川口芝	
●●● 白田歯科医院	284-0225
●●● 小林歯科医院	267-4077
●●● 本庄歯科医院	268-7132
●●● さごう歯科医院	268-5083
●●● 玉手歯科医院	261-3707
●●● 前田歯科医院	295-8585
●●● 前川歯科クリニック	269-1480
●●● 安部歯科医院	269-6846
●●● 住沢歯科医院	281-8557
●●● 川口サンデー歯科	
●●● 矯正歯科	287-8010
●●● 遊佐歯科クリニック	297-1818
●●● おぎはら歯科クリニック	261-0464
●●● あおばデンタルクリニック	265-6400
●●● ねぎし やはぎ歯科医院	282-6480
●●● てるい歯科クリニック	263-2233
●●● はせがわ歯科医院	264-1818
●●● クローバー歯科	
●●● クリニック	287-3699
●●● にしの歯科クリニック	284-5662
●●● ふじ歯科川口前川	487-9995
●●● さかいばし歯科医院	286-6480
●●● 青木中央クリニック	260-1211
●●● 大浦歯科医院	295-9797
●●● 岩下歯科医院	285-1031
●●● 赤井歯科医院	285-2091
●●● 清水歯科医院	285-4488
●●● みやぎ歯科医院	286-7450
●●● ひまわり歯科医院	287-1144
●●● 南町歯科クリニック	
●●● 菊田歯科医院	280-0121
●●● じりん歯科医院	286-4188
●●● 三浦歯科医院	287-0033
●●● 今野歯科クリニック	288-4618
●●● 森下歯科医院	296-6377
●●● 中山歯科医院	281-0141
●●● 赤羽歯科(川口)	281-5678
●●● 清水歯科	288-5652
●●● 渋谷歯科医院	281-3374
●●● かとう歯科クリニック	285-7392
●●● とし歯科クリニック	284-9992
●●● たのうえ歯科医院	291-6480
●●● 大井歯科クリニック	294-4180
●●● 岩渕歯科	294-4984
●●● 田村歯科医院	294-6480
●●● 杏林歯科医院	294-7244
●●● 東川口駅前歯科&矯正歯科	287-8113
●●● 金谷歯科クリニック	295-7648
●●● ふくえファミリー歯科	
●●● 戸塚	291-8809
田中歯科クリニック	297-1500
いしかわ歯科	297-8114
イサオ歯科クリニック	297-8211
さとう歯科クリニック	298-8049
かけがわ歯科医院	298-8888
彩歯科クリニック	298-0191
えき歯科医院	298-6480
K.K DENTAL OFFICE	229-1811
ばんしよう歯科クリニック	297-5521
八百板矯正歯科	298-3592
もがき歯科医院	299-1841
東川口歯科クリニック	290-3718
モアナ歯科クリニック	298-2999
東川口医院	
戸塚安行すみれ歯科	299-6428
山岡歯科医院	281-0123
大槻歯科医院	281-2251
矢作歯科医院	285-4533
大谷歯科医院	285-6900
鳩ヶ谷いざわ歯科	287-8466
伊藤歯科医院	296-1763
八幡木歯科医院	285-9355
浦丸歯科医院	285-6480
高橋歯科医院	286-3476
小久保歯科医院	281-1774
石田歯科医院	286-5566
南町歯科クリニック	281-5722
菊田歯科医院	280-0121
じりん歯科医院	286-4188
三浦歯科医院	287-0033
今野歯科クリニック	288-4618
森下歯科医院	296-6377
中山歯科医院	281-0141
赤羽歯科(川口)	281-5678
清水歯科	288-5652
渋谷歯科医院	281-3374
かとう歯科クリニック	285-7392
とし歯科クリニック	284-9992
たのうえ歯科医院	291-6480
げんま歯科クリニック	281-6000
よつば歯科	285-4280
日精歯科鳩ヶ谷診療所	281-8811
はとり歯科医院	446-7878
アール歯科クリニック	
新井宿	452-4494
鳩ヶ谷駅東口テラス	
歯科医院	229-6480

(2025年4月現在)

## 休日急患歯科診療当番

市内2ヶ所の診療所が、9時から17時までの間 当番制で急患対応をします。広報かわぐち・各新聞の埼玉版・本会ホームページでご確認ください。

## 健康フェスティバル

6月 川口市歯と口の健康フェスティバル  
歯の健康相談

8020よい歯のコンクール審査  
指型石こう模型・市民ミニ相談  
図画ポスター・標語コンクール表彰  
【アトラクション】劇団ちょっぴによる演劇



## 障がいのある方への歯科

市内の障害児者施設において、歯科健診・保健指導、訪問歯科健診等を行っています。

### 【健診】

川口市 障害福祉課

048-259-7926

## 川口市総合防災訓練

歯科医師として、医療救護訓練活動や身元確認訓練に毎年参加しています。

# 川口歯科医師会は

行政と協力して、川口市民のお口の健康を維持するために、お手伝いをしています。



## 健診・相談等

### 本会会員の診療所

1歳6か月児歯科健診 フッ化物塗布（3回まで無料）  
成人歯科健診（+歯科ドック） 口腔がん検診 スポーツマウスガード

### 川口市保健所地域保健センター

3歳児健診 妊婦歯科健診 マタニティママの歯の教室

### 地域包括支援センター（公民館等）

介護予防事業（口腔機能向上プログラム）

保育園・小学校・中学校・高等学校

就学時健診 歯科健診 保健指導



## 各種コンクール

8020よい歯のコンクール

小中学校の歯に関する  
図画ポスター・標語コンクール等



## 訪問歯科 健診・診療

御希望の方は、相談窓口へお電話を

### 【健診】

川口市保健所 健康増進課

048-256-1135

### 【診療・相談（歯科衛生士）】

川口訪問歯科センター

090-4067-8020

## こども110番の歯科医院

子ども達の緊急避難場所として、会員の診療所をご利用ください。



一般社団法人

# 川口歯科医師会



〒333-0844 川口市上青木3-12-63 SKIPシティ彩の国ビジュアルプラザ棟4階  
TEL 048(487)8065