

歯科健診のご案内



歯みがきは歯周病予防の基本

みがき残しの多いところは、歯ブラシの角度を意識して、力を入れすぎずに小刻みに動かしてみがきましょう。

【みがき残しの多い3か所】



歯と歯ぐきの境目



奥歯の外側



前歯の裏側

デンタル補助器具を活用しよう

歯ブラシだけでは、歯と歯の間のプラーク(歯垢)が約60%しか取れません。補助器具をプラスすれば、約85%まで落とすことができます。



歯間ブラシ

歯間にすき間がある人におすすめ
歯ぐきを傷つけないようゆっくり差し込み、前後に動かす。



デンタルフロス

歯間が狭い人におすすめ
歯にそわせてスライドさせながら上下に動かす。

自分に合った歯みがき方法について
歯医者さんに相談してみましょう！

セルフケア

自分で行う
毎日のお手入れ



プロケア

歯医者さんなどによる
予防指導・処置

歯科健診では
どんなことを
するの？



定期的に歯医者さんへ行こう

歯科健診の内容

- う蝕や歯周病など、お口の病気がないかチェック
- 歯や歯ぐきのクリーニング
- あなたに合った歯みがき指導
- 歯とお口を守るための生活習慣のアドバイス

トヨタ健保の制度を
活用して、歯科健診に
行ってみましょう！



【歯科健診制度の概要】

るぶる獲得メニュー
1回 500P/年
(本人・配偶者のみ)



対象者	高校生以上の トヨタ健保加入者	料金	無料 ※歯石除去や治療に進む場合、保険診療の自己負担が発生します。
		回数	3回まで/年度 ※神奈川県は2回まで/年度
内容	口腔内のチェック・ブラッシング指導 【無料オプション】歯面清掃・フッ素塗布(愛知・静岡・岐阜・三重・福岡のみ)		
申込方法	歯科医院へ電話 ※必ず「トヨタ自動車健保の無料歯科健診」とお伝えください。 神奈川県は「トヨタ自動車健保の組合員で、健保連神奈川連合会の歯科健診」とお伝えください。		
受診場所	歯科医師会(北海道・宮城・東京・神奈川・静岡・愛知・岐阜・三重・福岡)加入の歯科医院 …詳しくはトヨタ健保ホームページにてご確認ください。		
持ち物	①健康保険証 ②歯科健康診査票などの帳票(★) ★設置場所/愛知・神奈川・福岡…歯科医院に設置されているため、事前準備は不要です。 上記以外の県…トヨタ健保ホームページにてご確認ください。		

【お問い合わせ】 健診推進グループ TEL 0565-28-0048 / 社内線 811-6-0564