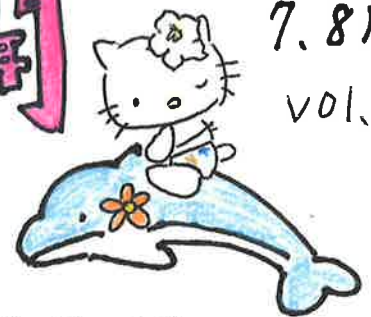




くすくす新聞

〒371-0852 前橋市総布町年知ネ1135-1
TEL 027-226-1243



2025年
7.8月号
Vol.95

DHコラム

歯にも「清潔ゾーン」と「汚れゾーン」がある? ~自浄域と不潔域について~

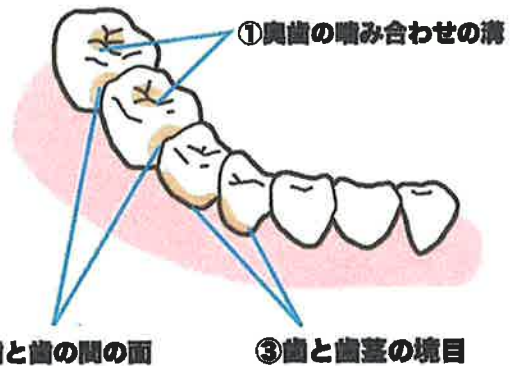
○自浄域とは

唾液、頬や舌の動きにより、歯ブラシを当てなくても自然に口腔内の汚れ(プラーク、食べカス)が落せるところ。主に歯の平らな部分や出、張、た部分。

○不潔域とは

唾液、頬や舌の動きによる口腔内の洗浄が十分に行われにくく、口腔ケア用品を用いないとプラークが落せないところ。

つまり自浄域は「自然に綺麗になりやすい場所」
不潔域は「意識して磨かないとすぐ汚れる場所」
と言えます! 歯磨きは磨けば良い。というわけでは
ありません。重要なのは「不潔域もきちんと磨いて
いるか」がポイントになります。自浄域と不潔域、
この違いを知っておく事は将来の歯の健康を守る
上でとても大切です。



☆マイナ保険証での 歯科受診☆

① マイナ保険証での受診であることを伝える



② カードリーダーにマイナンバーカードを読み込ませる
(月ごとに毎回行必要があります)



③ カードを回収する



マイナカードが
分からないことは
スタッフまで!!

マイナンバーQ&A

Q1. マイナにカードを忘れたら?

→ A. 全額(10割)お支払いとなります。

Q2. 今の保険証はいつまで使える?

→ A. 2024年12月2日から新規発行は
停止。今使われているものはその
有効期限内まで
(最長で2025年12月1日まで)

7月

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
		1	2	3	4	5
6	7	8	9 11:15~ 15:00 (休)	10 (休)	11	12
13	14	15	16	17 (休)	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29 11:30~ 14:30 (休)	30	31 (休)		

8月

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
					1	2
3	4	5	6 11:15~ 15:00 (休)	7	8	9
10	11 山の日	12 (休)	13 (休)	14 (休)	15 (休)	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26 11:30~ 14:30 (休)	27	28 (休)	29	30
31						