

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、歯と歯の間のフラーク(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に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・お申込ください。		

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