健康・介護教室を
オンデマンドで受講！

歯の健康
コース

自宅で動画を見ながらしっかり学べる！
生涯、自分自身の歯で食事をするために

いつまでも自分の歯で食事が楽しめるための

知っておきたい口腔ケア

歯の健康は、身体の健康に大きな影響を及ぼします

無　料
インターネットの
接続費用は
自己負担と
なります

講　座　の　ポ　イ　ン　ト

◆歯科健診の義務化が検討されているのは、ご存じですか？

2022年度の「骨太の方針」で、年代に関係なく国民全員が歯科健診を受けることを目標とする、「国民皆歯科健診」制度の検討が発表されました。目的は、国民の体を病気から守り、豊かな食生活を守るためで、不健康な歯は生活習慣病の原因にもなり、噛む回数は記憶力、認知症とも関連があるとの研究結果も出ています。また国民の8割がかかっていると言われる歯周病も全身に悪影響を与え、脳卒中・心筋梗塞・骨粗しょう症、高血圧症、関節リウマチなどを悪化させる可能性が言われています。
この講座では、いつまでの自分の歯で食事をして、健康寿命を延伸するオーラルケアの大切さと、正しいケアの方法を学びます。

【講師】 歯科衛生士　加藤　理子氏（東京都歯科衛生士会　所属）

ジェイティ健康保険組合

■「歯の健康」コース　オンデマンド型 カリキュラム

カリキュラム

項　目	内　容
導入	●本セミナーのポイント ●講師の自己紹介
歯（くち）の健康と健康寿命の関係	●健康寿命と健口寿命 ●8020って？ ●口の機能低下による悪循環スパイラル ●定期的なメインテナンスを
なんで歯はなくなるの？（むし歯）	●歯を失う原因 ●むし歯になるメカニズム
なんで歯はなくなるの？（歯周病）	●歯周病とは ●歯周病と様々な疾患との関係 ●女性のからだと歯周病 ●プラークコントロール
自宅で行う口腔ケアのポイント プラーク（歯垢）を落とし、清潔なお口を保つことが大切です	●口腔ケア ・歯みがき ・歯間ケア ・デンタルフロス ・入れ歯、義歯の手入れ

応募要項

［申込対象］　被保険者及び被扶養者
オンデマンド講座は、1名のお申し込みで同居されているご家族の皆様ご覧いただけます。

［申込方法］　下記の参加申込書に必要事項を記入の上、FAXまたは郵送、メールで下記あて先までお申し込みください。お申し込み後、動画視聴に必要なアドレス・ID・パスワード等をお送りいたします。

［申込・問合せ］　ジェイティ健康保険組合　　保健担当
住所：〒105-6927　東京都港区虎ノ門4-1-1　神谷町トラストタワー26Ｆ
TEL：　03-6636-2001　　FAX：　03-3438-0412
E-mail:　jtkenpo_hoken@jt.com

データが大容量となりますので、従量制のデータ通信プランでご覧いただきますと、高額の通信料がかかることがあります。
視聴の際は、容量無制限の高速インターネット環境でご利用ください。

<切り取り線>

オンデマンド型 健康教室 申込書：「**歯の健康**」コース

被保険者氏名				性　別	男 ・ 女
保険証記号		被保険者番号		会社・事業所名	
（フリガナ） 参加者氏名				性　別	男 ・ 女
				被保険者との続柄	
参加者住所	〒　　－ 電話　　（　　）				
Eメール アドレス					

【個人情報の取り扱い】

参加申込書に記載された個人情報は、講座の教材と視聴のためのID/パスワードを発送するため、健康・介護教室の運営団体である（公財）総合健康推進財団に提供します。

ジェイティ健康保険組合