

検診内容	検診期間	申込期間	持ち物	検診の受け方	検診場所
●個別がん(胃・肺・大腸・前立腺・子宮・乳がん)検診 ●肝炎ウイルス検診	10月31日(木)まで	10月24日(木)まで	がん検診等受診券、保険証、検診料	申込期間中に、希望の医療機関で直接予約をとり、検診票を受け取って受診してください。	海部医師会など指定医療機関および海南病院(子宮・乳がん)

※胃がん検診の内視鏡検査は、2年に1度の隔年受診です。今年度受けると、翌年度は胃がん検診(内視鏡検査、バリウム検査とも)を受けることはできません。

検診内容	検診の受け方
集団検診(バス検診)	保健センターまたは十四山総合福祉センターでバスでの集団検診を実施しています。定員になり次第申し込みを終了します。希望される方は日程、空き状況を市役所健康推進課までお問い合わせください。

がん検診の予約・受診には、**がん検診等受診券**が必要です。(がん検診等受診券がないと受診できません)
※対象の方(20歳以上の女性市民、40歳以上の男性市民)には、4月中旬に郵送しましたので、**がん検診の予約・受診の際は毎回お忘れにならないようお持ちください。**紛失された場合は再発行しますので、市役所健康推進課までお問い合わせください。

健康増進コラム ~第138回~

9月24日~30日は、「結核予防週間」です。

「結核」は過去の病気ではありません。現在でも全国で年間約18,000人が発病し、愛知県では約1,300人が発病しています。
結核は、結核菌が引き起こす感染症で、初期症状はかぜとよく似ています。せき・たんが止まらず、微熱が続きます。このような症状が2週間以上続く場合は要注意です。だるさ、寝汗、胸痛、喀血(せきとともに血が出る)といった症状が出てきて、ひどくなると結核菌が増殖し穴を開けて、呼吸困難などの機能不全により生命の危機を招くこととなります。最近では、無理なダイエットや不規則な生活、また高齢や糖尿病などで免疫力が弱まっている人が発病するケースが目立っています。

結核予防のために

- ①長引くせきは赤信号
- ②結核健診を進んで受けましょう
- ③健康を心がけ、免疫力をつけましょう
- ④BCG接種を受けましょう
- ⑤確実な服薬をしましょう
- ⑥接触者健診を受けましょう



歯の健康講座 9月号 その445

歯科から考える防災グッズ

皆さんもすでにご承知の通り、日本の風土と災害は、切っても切り離せない関係にあります。最近の日本では、災害に対する防衛策として、お住まいの耐震補強や避難場所の確保、自分や家族を守る為の防災グッズの準備など、日頃から考え準備しておくべき項目が山積みです。
今回は、数ある項目の中から防災グッズについて考えていきたいと思います。
さて、一口に防災グッズと言っても、その地域や環境によって準備するものはさまざま、どんなものをどれだけ用意しておけばいいのか迷ってしまいます。既存の防災グッズを購入して一度も中身をチェックしていない方もいるのではないのでしょうか。こんな時、歯科の観点からアドバイスさせていただくなら、口腔ケア用品については、既にセットになっているものではなく、皆さんが日頃から使用している使い勝手のよいものを使用させていただく事が望ましいと考

えています。
例えば、親知らず周りを磨くための小ぶりのヘッドのブラシ、義歯を使用している方の義歯ブラシ、食物残渣によって歯肉に炎症が起きやすい方には歯間ブラシやデンタルフロスなど、自身の口腔環境により使用するケア用品はさまざま、既存のセットでは満足な口腔ケアが出来ないのがほとんどではないでしょうか。
もし被災してしまった後、不慣れた生活環境と不十分な口腔ケアでは、さまざまな病的症状を回避することは難しくなるでしょう。
口腔環境はまさに十人十色であり、使用する口腔ケア用品の形やサイズなど自分に合ったものに事前^に交換しておくことが大切で、口腔環境の変化に対応するため定期的な防災グッズのチェックをするのも忘れてはいけません。
歯科に限らず、日々刻々と変化していく体の状況なども考え、今一度ご家庭の防災グッズを見直し、もし被災してしまった場合でも、ご自身やご家族の健康を維持していけるような自身に合った準備を日頃から考えておくことが重要なのです。
(海部歯科医師会)

9月 保健センターだより

市役所健康推進課(内線 411 ~ 415)

乳幼児健診

母子保健	実施日	受付時間	対象者	内容など	場所
3~4か月児健康診査	3日(火) 10日(火)	13:00~13:40	対象の方には個別通知でご案内します。	・対象月でも人数調整のため翌月に変更することがあります。 ・お子さんの誕生日により、受付時間が異なります。詳しくは個別通知をご覧ください。	保健センター
1歳6か月児健康診査	9日(月) 30日(月)	13:00~13:40	1歳6~7か月頃のお子さんを対象に個別通知します。		
2歳児ピカピカ歯科教室	25日(水)	9:00~9:55	平成29年9月出生児		
3歳児健康診査	19日(木)	13:00~13:40	3歳1~2か月頃のお子さんを対象に個別通知します。		
離乳食講習会(要予約)	11日(水)	前期 9:15~9:30 後期 10:45~11:00	平成31年3月出生児 生後9か月(3回食)頃の児	・管理栄養士による離乳食の話 ・予約制です。希望の方は事前にご予約ください。	
1歳児親子教室	4日(水)	9:15~9:30	平成30年9月出生児	生活習慣や歯みがきの話、親子遊びなど(個別通知します。)	

※母子健康手帳：月~金曜日、8:30~17:15(土・日曜日、祝日を除く)に随時保健センターで交付します。
※母子健康手帳交付については個人番号(マイナンバー)の記入が必要となりますので、本人確認できるもの(運転免許証など)と「通知カード」または「個人番号カード」のいずれかを提示してください。
※子育て相談：保健師による個別相談を行います。事前に保健センターに電話などでご予約ください。
※一般不妊治療費助成：一般不妊治療(人工授精)に要した費用の一部を助成します。保健センターへお問い合わせください。

予防接種

予防接種	実施日	受付時間	場所	対象者	内容など
BCG	6日(金) 20日(金)	13:45~14:15	保健センター	生後1歳に至るまでの間にあるお子さん(標準的な接種期間：生後5か月~8か月に至るまでの間)	予約制 保健センターへ電話にて予約をしてください。 ※各日とも先着20名です。

※詳しくは2019年度予防接種年間予定表をご覧ください。

歯科検診

歯科保健	対象者	実施期間	受診料	場所	受診方法
歯周病検診	20歳以上の方	歯周病検診、節目歯科無料クーポン検診は2020年3月31日までのご利用となります。	無料	歯科指定医療機関	検診が受けられる歯科医院一覧(「2019年度弥富市健康増進事業のご案内」を参照)に電話で予約し、受診してください。 受診時には「保険証」を持参してください。 ※節目歯科無料クーポン検診対象の方には、5月末に個人通知にて詳細案内をしています。 ※妊産婦の方は、受診時に妊産婦歯科健康診査受診票、母子健康手帳をお持ちください。
節目歯科無料クーポン検診	20・30・40・50・60・70歳の方				
妊産婦歯科健康診査	妊娠中の方 産後1年以内の方	対象となる期間中ご利用できます。			

相談

成人保健	実施日時	内容など	対象者	場所
健康相談	随時(土・日曜日、祝日を除く) 8:30~17:00	生活習慣病など体や心の健康について心配がある方に、保健師が個別に相談に応じます。	市民	保健センター
栄養相談	不定期(土・日曜日、祝日を除く) 9:30~13:30(要予約)	食事や栄養に関することについて、管理栄養士と一緒に考えてみませんか。※開催日は保健センターにお問い合わせください。		
歯科相談	随時(土・日曜日、祝日を除く) 9:00~15:00(要予約)	お口のケアや、誤えん性肺炎予防、お口の体操について歯科衛生士が個別に相談に応じます。		
禁煙相談	随時(土・日曜日、祝日を除く) 9:00~15:00	禁煙方法を保健師と一緒に考えましょう。		

※健康手帳：月~金曜日、8:30~17:15(土・日曜日、祝日を除く)40歳以上の方に随時保健センターで交付します。
※保健センターでは、市民の皆さんにより良い生活をしていただくために、家庭訪問を行っています。地区担当の保健師がうかがいますので、体のこと、生活のことなど何でもお気軽にご相談ください。