

保健センターだより

●個別がん検診・肝炎ウイルス検診

検診項目	対象者	料 金		検診場所：海部医師会指定医療機関および 海南病院(子宮・乳がんのみ) 検診期間：6月1日(月)～9月30日(水) 申込期間：5月18日(月)～9月18日(金) <申込方法> ★市内の医療機関検診希望の方★ 申込期間中に希望の医療機関で検診票を受け取って受診してください。 ★市外の医療機関検診希望の方★ 申込期間中に保健センターで申し込みをしてください。	
		69歳以下	70歳以上		
胃がん	40歳以上の方	2,800円	1,400円		
肺がん		X線のみ	1,100円		600円
		X線 + 喀痰	1,700円		900円
大腸がん	700円	400円			
子宮がん	20歳以上の女性	頸部のみ	1,100円		600円
		頸部 + 体部	1,900円	1,000円	
乳がん	30歳以上の女性	超音波	1,300円	700円	
		マンモグラフィ	1,500円	800円	
前立腺がん	50歳以上の男性	1,000円	500円		
肝炎ウイルス	40歳の方	1,000円	500円		

※肺がん検診の喀痰検査は50歳以上で喫煙指数(1日本数×喫煙年数)が600以上の方に限ります。※血痰のある方は受診することをおすすめします。
※子宮がん検診の体部検査は、最近6か月以内に症状(不正性器出血、月経異常、褐色帯下)があった方に限ります。
※子宮がん検診、乳がん検診のマンモグラフィは、平成26年度に市の同じ検診を受けた方は受けられません。
※肝炎ウイルス検診は41歳以上で過去に肝機能異常を指摘された方なども受診できます。

●「平成27年度 弥富市健康増進事業のご案内」(平成26年3月に全戸配布)に誤りがありました。

【胃がん検診の料金】 69歳以下： 誤(×)3,000円 → 正(○)2,800円
70歳以上： 誤(×)1,500円 → 正(○)1,400円

歯の健康センター

弥富市保健センターにて、海部歯科医師会の協力のもと「歯の健康センター」を開催いたします。ぜひ、ご家族そろってご参加ください。ステキなプレゼントをご用意しております。<参加無料>

- <会場> 弥富市保健センター
- <と き> 5月31日(日) 受け付け9時45分～10時
- <対 象> 就学前のお子さんとそのご家族の方
- <内 容> ①「お口の健康と発育」のお話
② 親子で歯科健診、お口の相談
③ イベントコーナー
(アニマル風船つり、わなげ、バイキンマンをやっつけようなど)



歯の健康講座 5月号 その393 入れ歯のお手入れ



歯の窪んだところは丁寧に掃除しましょう。このとき歯みがき剤を付けて磨くと歯みがき剤に含まれる研磨剤で入れ歯の表面に傷がつくことがあるので注意しましょう。

目に見えない細菌などの汚れは就寝時などに入れ歯用の洗浄剤につけてきれいにしましょう。また入れ歯は乾燥に弱いので変形やひび割れを防ぐため、入れ歯を外した時はきれいな水を入れた容器の中で保管してください。

入れ歯に長期間にわたり蓄積した汚れは、義歯用ブラシや洗浄剤でもなかなか落ちにくいものです。ヤスリなどで無理に取ろうとせず、かかりつけの歯科医院できれいにしてもらってください。

普段より入れ歯を清潔に保つようこころがけ、定期的にかかりつけの歯科医院で入れ歯の点検をしてもらいましょう。

海部歯科医師会

入れ歯を使用している方、あるいは入れ歯を使用している方を介護されている方にお尋ねします。「入れ歯のお手入れをしっかりと行っていますか?」入れ歯は一般的に【レジン】という樹脂でできていて吸水性があります。そのため汚れや細菌がつきやすいのです。入れ歯のお手入れを怠ると細菌が増殖し、口臭の原因になったり、お口の粘膜に炎症をおこしたり、さらには重症な呼吸器疾患(誤嚥性肺炎)を引き起こす恐れがあります。

入れ歯を清潔に保つには、毎食後、目に見える食べかすなどの汚れを流水下でブラシ(義歯用ブラシがよい)で清掃します。特に部分入れ歯の金具のところや入れ

乳幼児健診やBCGは保健センターで実施します。お間違のないようにお越しください。

母子健康手帳をお持ちください。

▼問い合わせ先：市役所健康推進課(内線411～413)

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	12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	25日(月)	13:00～13:30	1歳6～7か月頃のお子さんを対象に個別通知します。		
2歳児ピカピカ教室	27日(水)	9:00～9:50	25年5月出生児		
3歳児健康診査	14日(木) 21日(木)	13:00～13:30	24年2～3月出生児		
離乳食講習会(要予約)	13日(水)	前期 9:15～9:30 後期 10:45～11:00	26年11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	19日(火)	9:15～9:30	26年5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・祝日を除く)に随時保健センターで交付します。
※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	実施日	受付時間	対 象 者	内容など	場 所
BCG	11日(月)	13:45～14:15	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 健康推進課(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。	保健センター
	22日(金)				

※詳しくは、平成27年度予防接種年間予定表をご覧ください。

歯科保健	対 象 者	実施期間	受診料	受診方法	場 所
歯周疾患検診 妊産婦歯科健康診査	20歳以上の方 妊娠中の方 産後1年以内の方	歯周疾患検診は平成28年3月30日までのご利用となります。	無料	・検診が受けられる歯科医院一覧(「平成27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。 ※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。	歯科 指定医療機関

成人保健	実施日時	内 容 等	対象者	場 所
健康相談	随時(土・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。	住民	保健センター
栄養相談	不定期(土・日・祝日を除く) 9:30～14:00(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・祝日を除く) 9:00～15:00(要予約)	お口のケアや口腔機能アップ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・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・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、住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。

健康増進コラム ～第86回～ タバコがやめられない理由

5月31日は世界禁煙デーです。体に良くないとわかっていてもやめられないタバコ。やめられないのは、タバコに含まれるニコチンが強い依存性を持つため、本人の意志だけで禁煙するのはとても難しいことです。「ニコチン依存症」として保険適用で、自己負担額約2万円が飲み薬により禁煙治療ができます。興味がある方は、禁煙支援医療機関・薬局へご相談ください。

禁煙支援医療機関	海南病院、小笠原クリニック、笹医院、杉本クリニック、よしだクリニック	禁煙支援薬局	かいなん調剤薬局、調剤薬局とまと平島店、第2かいなん調剤薬局
----------	------------------------------------	--------	--------------------------------

(禁煙支援医療機関データベース Ver.2.0より)

そして、弥富市では平成24年度より保育所防煙教室として、手作りの大型絵本「もくもく王様とタバコ」の読み聞かせを、市立保育所の年長さんに実施しています。子どもたちと「タバコの中から出る煙を吸わないように」「吸っている人にやめようと言えるようになろう」「大人になってもタバコを吸わない」の3つの約束をし、学んだことをご家庭でも話してもらいました。

★弥富市健康増進計画ホームページ★ (<http://www.city.yatomi.lg.jp/kurashi/1000209/1000210/1000214.html>) ぜひご覧ください。