

がん検診

●個別がん検診・肝炎ウイルス検診

検診項目	対象	料金		検診の受け方
		69歳以下	70歳以上	
胃がん	50歳以上の方 (2年に1度)	内視鏡検査	2,900円	1,500円
		バリウム検査	2,800円	1,400円
肺がん	40歳以上の方	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 (2年に1度)	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 (2年に1度)	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	

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ください。
 検診場所：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)
 検診期間：10月31日(木)まで
 持ち物：がん検診等受診券(4月に個別通知済)、保険証、検診料
 申込期間：10月24日(木)まで
 詳細は、「2019年度弥富市がん検診・健康増進事業のご案内」をご覧ください。

6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	4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
	11日(火)				
1歳6か月児健康診査	17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	26日(水)	9:00~9:55	H29年6月出生児		
3歳児健康診査	6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。		
	27日(木)				
離乳食講習会(要予約)	12日(水)	前期 9:15~9:30	H30年12月出生児	・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。	
		後期 10:45~11:00	生後9か月(3回食)頃の児		
1歳児親子教室	5日(水)	9:15~9:30	H30年6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。
 ※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	対象者	内容など	場所
BCG	14日(金)	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 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
	28日(金)				

※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	受診方法	場所
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	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。	歯科指定医療機関
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・祝日を除く) 8:30~15:00	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・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しょう。※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、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・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、住民の皆さま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。

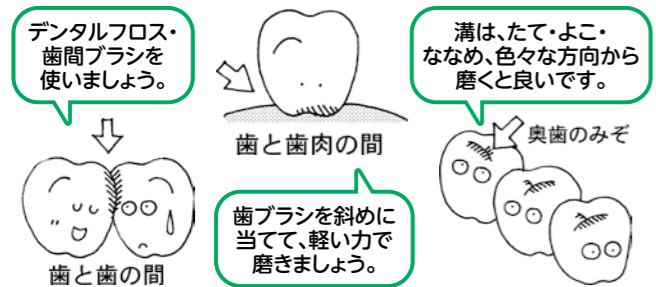
健康増進コラム ~第135回~

6/4~6/10は、 【歯と口の健康週間】です! ~いつまでも 続くけんこう 歯の力~

歯と口は、健康を支える力になります! いつまでも元気であるために、まずは基本のお口のケアについて考えてみましょう。

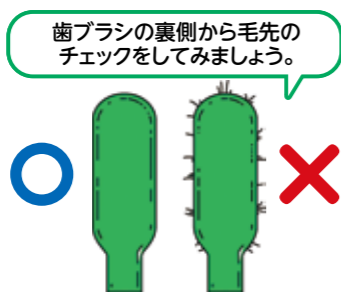
①就寝前のお口のケアは、念入りに!

睡眠中は、細菌が繁殖しやすいので、磨き残しに注意! 食べ物の残渣やプラーク(歯垢)を丁寧に取り除くことが大切です。



②月1回の歯ブラシ交換!

歯ブラシは、毛先がとても大切です。毛先が開いては、細菌を落とす事が出来ませんので、すぐ交換しましょう。また、毛先のコシも弱くなっていくので、月1回の歯ブラシ交換をおすすめします!



詳しい計画の内容は弥富市公式ホームページからご覧いただけます。
 ★弥富市健康増進計画ホームページ★
<http://www.city.yatomi.jp/kurashi/1000209/1001856/1001857.html>

歯の健康講座 6月号 その442

嚥下障害とは

嚥下機能とは、食べる・飲み込む機能の事で、人が生きて行く上で必要不可欠な機能です。

そんな大切な嚥下機能が、病気など何らかの原因で障害が起こった状態を嚥下障害と言います。嚥下障害になると、ものが食べられなくなり、日常生活に支障をきたします。食べる楽しみを失い、生活の質が低下し、栄養摂取が難しくなり、低栄養などの栄養障害を起こします。更に口から喉・食道を通るべき食べ物や唾液が気道に流れ、肺に入り呼吸器の病気(誤嚥性肺炎)を起こします。

嚥下障害の最大の原因は脳卒中ですが、原因が1つであるとは限らず、複合的な原因によって嚥下障害が進行する可能性があります。例えば、むし歯や歯周病による歯の喪失や口腔がん、咽頭がん、食道がんなどによって口から食事ができず、栄養状態が悪化して嚥下障害が進行するなど、悪循環が生じる事があります。

嚥下障害の問題は、治療をしても完全に元通りに戻りにくい事です。この様な点から、まずは嚥下障害にならない様にする予防が非常に重要であり、その一つに「口腔ケア」があります。誤嚥性肺炎の予防には口腔ケアが大切といわれており、歯ブラシなどを用いて毎日の口腔内の食物の残りかすや細菌を除去し、口腔内の衛生状態をきれいに保つ事が重要です。そして歯科医院にて定期検診を受けられる事で、より良い口腔の環境が維持され嚥下障害の予防に繋がります。

(海部歯科医師会)