

海南病院での総合がん検診の二次募集をします

定員に空きがありましたので、追加募集をします。ご希望の方は下記のとおり申し込んでください。
 総合がん検診は、胃がん検診(バリウム検査のみ)・肺がん検診・大腸がん検診のセット検診です。
 3種の検診を同時に受けられない方は、受けることができません。今年度同様の検診を個別検診や集団検診で受けられた方、昨年度胃カメラ検査を受けられた方は受けることができません。

対象者	40歳から79歳までの市内在住者(昭和19年4月1日～昭和59年3月31日生まれ) ※胃カメラ検査は定員に達したため胃バリウム検査のみになります。 そのため、胃バリウム検査が実施できない80歳以上の方(昭和19年3月31日以前生まれ)や大腸憩室・腸閉塞・消化器穿孔の既往がある方は、二次募集を申し込むことはできません。個別がん検診で受診してください。	
定員金額	総合がん検診(バリウム検査) 260人 8,400円	脳ドック 75人 弥富市国保・後期高齢者保険加入者21,800円(総合がん検診含む) 社会保険加入者30,020円(総合がん検診含む) ※市の補助対象者:過去4年間(令和元(2019)～令和4(2022)年)市の補助を受けていない方が対象です。
検診項目	胃がん検診(バリウム検査)、肺がん検診(胸部X線検査)、大腸がん検診(便潜血検査2日法)、腹部超音波検査 ※弥富市国民健康保険、弥富市後期高齢者医療保険に加入の方は特定健診または後期高齢者健診がセットになります。 ※子宮がん検診、乳がん検診、前立腺がん検診、その他市の補助のないオプションの検診については申込時に海南病院へお問い合わせください。	
申込期間	9月15日(金)～10月13日(金)	※定員になり次第締め切ります。
検診期間	11月1日(水)～令和6年1月31日(水)	
申し込み方法	海南病院健康管理センターへ電話で予約してください。 ☎55-7629(平日14:00～15:30) 【令和5年度 がん検診等受診券・特定健診/後期高齢者健診受診券(国保・後期のみ)・保険証】をお手元にご用意の上、予約してください。受診券がない場合は予約を受け付けできません。必ずご準備の上、ご予約ください。	

市役所健康推進課(内線315)

ここからアップ教室

健康に過ごすためのコツを一緒に学びましょう。

- <対象者> 40歳から74歳までの市民
- <申し込み方法> 9月11日(月)から10月6日(金)までに市役所健康推進課へ電話でお申し込みください。
- <定員> 16人まで
- <ところ> 市役所3階(保健センター)
- <とき> 午前9時受付 午前9時15分開始～11時15分頃終了

こころも体もリフレッシュ!



	内容
第1回	10月12日(木) ・より健康になるための食生活について(講話) ・がん検診と健康マイレージの紹介
第2回	10月30日(月) ・日常ながら運動①(正しいウォーキングフォームなど)
第3回	11月 8日(水) ・不安、緊張を和らげるためのリラックス法(講話) ・COPD(慢性閉塞性肺疾患)とは ・禁煙のお話
第4回	11月15日(水) ・日常ながら運動②(ストレッチ&筋トレなど)
第5回	11月30日(木) ・健康診断の結果を確認しよう(講話) ・気になるお口のトラブル(講話)

※お申し込みされた方へ事前にご案内を送付しますのでご覧ください。

<ご注意> ・1回のみでも参加できますが、5回参加できる方を優先します。・内容は変更する場合があります。

【お申し込み・お問い合わせ先】

市役所健康推進課(保健センター)(内線316) 平日午前8時30分～午後5時

10020表彰 9020表彰
新しく歯の目標となりました。

10020・9020・8020・7021表彰

～ご応募お待ちしております～



	10020表彰	9020表彰	8020表彰	7021表彰
対象となる方	市に住民票のある大正13年3月31日以前に生まれた方(令和6年3月31日に100歳以上ある方)	市に住民票のある大正13年4月1日～昭和9年3月31日までに生まれた方(令和6年3月31日に90歳から99歳までの方)で、歯が20本以上ある方	市に住民票のある昭和9年4月1日～昭和19年3月31日までに生まれた方(令和6年3月31日に80歳から89歳までの方)で、歯が20本以上ある方 ※過去に表彰された方は対象とはなりません。(7021で表彰された方は対象となります。)	市に住民票のある昭和19年4月1日～昭和29年3月31日までに生まれた方(令和6年3月31日に70歳から79歳までの方)で、歯が21本以上ある方 ※過去に表彰された方は対象とはなりません。
応募方法	協力指定医療機関に予約の上、受診してください。 ●無料で歯の検査を行います。 ●保険証などの身分を確認できるものをお持ちください。 ●応募用紙は、協力指定医療機関にあります。			
検査実施期間	9月1日(金)～12月15日(金)			
表彰方法	歯の検査後、歯科医院から市役所健康推進課へ推薦されます。表彰対象者には、2カ月程度で市役所健康推進課からご案内が届きます。賞状および記念品は後日、歯科医院でお受け取りください。			

協力指定医療機関

歯科医院名	電話番号	歯科医院名	電話番号	歯科医院名	電話番号	歯科医院名	電話番号
あおき歯科	65-8148	かとう歯科	66-2220	佐藤歯科医院	65-5551	むらせ歯科	67-5408
伊藤歯科医院	65-3866	川瀬歯科医院	67-1188	十四山歯科	52-1567	安井歯科医院	67-0876
大藤歯科医院	68-8188	コヤマ歯科医院	52-3582	すずき歯科	68-2244	弥富デンタルクリニック	65-0700
片岡歯科医院	65-0508	さくら歯科医院	67-6480	たなか歯科クリニック	55-8814	Y.C.デンタルクリニック	65-2500

※協力指定医療機関とは、海部歯科医師会加入歯科医院のことです。

※かかりつけ歯科医院が上記の協力指定医療機関以外の方は、市役所健康推進課へお問い合わせください。

市役所健康推進課(内線312)



健康増進コラム

～第186回～

9月24日から30日は、「結核予防週間」です。

「結核」とは、結核菌によって主に肺に炎症が起きる病気です。

○痰のからむ咳・微熱・身体のだるさが2週間以上続いている

○体重が減ってきた

○なんとなく食欲がない

○近頃、寝汗をかいている

このような症状が出ている場合は結核かもしれません。



出典:結核の常識2023

結核の予防には、健康的な生活を送ることで免疫力を高めることが大切です。

また、結核と診断されても、複数の薬を6～9カ月毎日飲み続けます。

重症化を防ぐには早く見つけることが大切です。

特に高齢者の方は、症状がなくても定期的に健(検)診を受けましょう。

65歳以上の方は、肺がん検診が結核検診を兼ねていますので、ぜひ受診をしてください。

歯の健康講座 9月号 その493

認知症予防とかかりつけ歯科医院

歯科現場では、認知症高齢者の歯数が少ないことは、よく知られています。「認知症になり歯の手入れが十分にできなくなるから」と考えられていました。しかし、実は、歯の少なさが認知症誘発の原因となる可能性があることが最近の研究で分かってきました。

歯がほとんどない人は、大抵奥歯もありません。奥歯を失うと噛み合わせが安定せず、咀嚼力も衰えるため、脳への刺激が減って脳細胞の減少につながります。また、噛める食材も限られてしまうので、認知症予防に効果的なビタミン類などの栄養素の摂取量も減少していきます。ですから奥歯に入れ歯を入れてしっかりと噛むことが必要です。しっかりと噛むことで、脳の血流が良くなる脳細胞が活性化され、結果として認知症予防につながります。

入れ歯の使用で認知症になる危険性は減りますが、自分の歯を残すことは非常に大切です。入れ歯は自分の歯と比べて噛む能力が落ち、異物感もあります。自分の歯が残っているに越したことはありません。健康長寿のためには、まず自分の歯の喪失を防ぐことが何より重要なのです。

自分の歯の喪失を予防するにはどうすればいいのでしょうか。

それはかかりつけ歯科医院を持ち、定期的にメンテナンスをしていくことではないでしょうか。

(海部歯科医師会)