

予防

6月1日～6月10日は「歯の衛生週間」
歯周病予防を心がけましょう

健康・保険課 保健予防係 ☎(232)4912

あなたのお口の中は健康ですか。歯周病は気付かないうちに進行してきます。歯の衛生週間に歯周病予防を心がけ、歯の大切さを見つめ直しましょう。

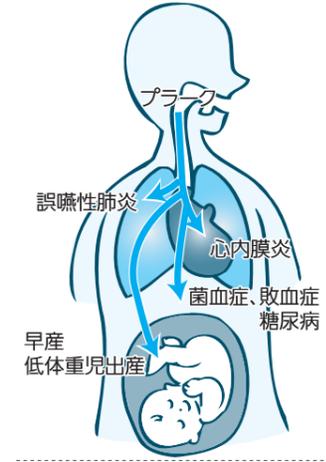
歯周病の症状とは

歯周病は、歯肉や歯を支えている骨に起こる病気です。歯(こう)プラーク)や歯石がたまる、その中にいる歯周病菌が歯肉に炎症を引き起こします。さらに、そこにさまざまな要因が加わると歯肉の出血や腫れが続く、歯を支える土台まで破壊され、歯がぐらぐらして痛くてかめなくなり、ついには歯が抜けてしまいます。



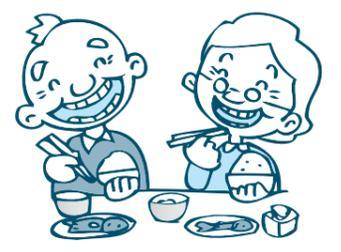
歯周病は全身に影響します

口や口の細菌などが肺に入り込むことで起こる誤嚥性肺炎。
 歯周病菌が血液に入り込んで起こる菌血症や敗血症。
 歯周病菌が血管を狭めて起こす心臓病。
 歯周病菌が心臓の弁に付着・増殖して起こる細菌性心内膜炎。
 歯周病が早産や低出生体重児のリスクを高める。
 糖尿病は歯周病を悪化させるが、歯周病を改善すると糖尿病の状態も良くなる。



歯周病を予防するには

歯や口の状態に合った磨き方を身につけ、食後や寝る前には歯を磨きましょう。
 バランスのとれた食生活をしましょう。
 タバコを控えましょう。
 かかりつけ歯科医を持ちましょう。



こんな症状がある場合は歯科医院に行きましょう

- 歯ぐきが赤く腫れている。
- 歯ぐきから出血や、うみがでる。
- 口の中がねばねばする。
- 口臭がする。
- 歯が動く。
- 冷たい水や熱いものがしみる。
- 歯が長くなったように感じる。

歯周疾患検診を行います

6月から歯周疾患検診を町内の委託歯科医院で行います。この機会にぜひ受診しましょう。

- 期間 6月1日～12月28日
- 場所 町内の委託歯科医院
- 内容 問診、歯および歯周の検診、歯科医師の判定、歯科保健指導
- 対象者 平成23年度に40歳、50歳、60歳、70歳になる人(事前に個別通知をしています)
- ※町内の委託歯科医院に電話予約が必要ですが
- 料金 1,000円
- 問い合わせ 健康・保険課 保健予防係 ☎(232)4912

歯とお口の健康展

- 日時 6月5日(日) 午前10時～午後3時
- 場所 ゆめタウン光の森1階 エスカレーターホール2
- 内容 歯科健診・相談、お口の中を見てみようコーナー、生活習慣病・介護相談クイズ、銀歯等技工作品展示、むし歯菌発見コーナー、パネル展示、人形劇ファンタジアなど
- 問い合わせ 菊池郡市歯科医師会(南歯科医院) ☎(232)7541

健康

ぜひこの機会に検診を受けましょう
子宮頸がん・乳がん検診の無料クーポン券を配付します

健康・保険課 保健予防係 ☎(232)4912

女性特有がん検診推進事業

この事業は平成23年度に町が実施するがん検診のうち、子宮頸がん検診と乳がん検診の受診促進とがんの早期発見および正しい健康意識の普及啓発により、健康の保持増進を図ることを目的に実施します。
 特定の年齢に達した女性には「検診手帳」と「無料クーポン券」を5月下旬に配布しています。

検診手帳



■申込方法
 検診を希望する人は、事前に申し込みが必要です。

すでに配布している「検診手帳」の最終ページに申込方法を載せていますので必ず確認し、お申し込みください。

■無料クーポン券が利用できる検診 (子:子宮頸がん検診 乳:乳がん検診)

検診名(実施場所)	利用可	対象者	実施予定月
総合健診(菊陽町民体育館)	子・乳	40歳以上	6月
がん複合検診(町の施設)	子・乳	40歳以上	10月
30歳代複合検診(町の施設)	子・乳	30歳代	11月
子宮がん検診(指定医療機関)	子	20歳以上	10月～1月
熊本県総合保健センターでの検診	子・乳	無料クーポン券対象者	12月～2月

※上記以外の場所で検診をする場合は、無料クーポン券対象とはなりませんのでご注意ください。

■対象者 平成23年4月20日現在で本町に住民票を有し、下記に該当する人。

生年月日	子宮頸がん無料クーポン	乳がん無料クーポン
	平成2年4月2日～平成3年4月1日	昭和45年4月2日～昭和46年4月1日
昭和60年4月2日～昭和61年4月1日	昭和40年4月2日～昭和41年4月1日	
昭和55年4月2日～昭和56年4月1日	昭和35年4月2日～昭和36年4月1日	
昭和50年4月2日～昭和51年4月1日	昭和30年4月2日～昭和31年4月1日	
昭和45年4月2日～昭和46年4月1日	昭和25年4月2日～昭和26年4月1日	

医療機関で特定健診を実施します

- 対象者 年度内に40歳以上になる国民健康保険被保険者および後期高齢者医療被保険者、生活保護受給者
- 期間 6月1日(水)～8月31日(水)
- 場所 町内指定医療機関
- 内容 問診、身体測定、血圧、診察、血液検査、尿検査など
- 申込方法 3月中にすでに申し込んでいる人には、5月下旬に問診票を郵送しています。まだ申し込んでいない人で、健診を希望する人はお問い合わせください。
- 申込み・問い合わせ 健康・保険課 保健予防係 ☎(232)4912

1day健康講座「へるしお(減る塩)セミナー」参加者募集

- 高血圧や慢性腎臓病などに関する話と、薄味料理のミニ試食会で生活習慣を見直してみませんか。
- 日時 7月6日(水) 午前10時30分～正午
- 場所 中央公民館 視聴覚室
- 対象者 40歳以上の町民
- 内容 ①高血圧、慢性腎臓病の講話、味噌汁の塩分測定②薄味料理のミニ試食会
- 受講料 無料
- 定員 20人(先着順)
- 申込期限 6月20日(月)
- 申込み・問い合わせ 健康・保険課 保健予防係 ☎(232)4912