

## 健康

### 大事な歯を守るために 歯周疾患検診を受けましょう

健康・保険課 保健予防係 ☎(232)4912

私たちの体に重要な役割を持つ自分の歯を、失う原因は虫歯だけではなく、多くの人が歯周病によって歯を失っています。痛くなつてから歯科医院に通い始めるのではなく、日頃からかかりつけの歯科医院で定期的なメンテナンスを受けましょう。

#### 誰でもかかる歯周病

日本人の成人の約8割が歯周病またはその予備軍といわれています。歯周病は自覚症状がないまま進行し、炎症によって歯ぐきの色が赤みがかつてきます。やがて歯ぐきが腫れ上がり、歯と歯肉の間に隙間ができたり、出血したりするようになります。そして最終的には歯槽骨(歯を支える骨)が溶けて歯がぐらつき、抜けてしまうこととなります。

#### 自分でできること

虫歯や歯周病の原因は、歯にこびりついた口内の細菌であるプラーク(歯垢)です。毎日のブラッシングでプラークが残りやすい歯と歯の間、歯と歯ぐきの間などを重点的に磨くようにしましょう。また、喫煙などの生活を見直して、リスクの軽減に努めましょう。

#### 歯周疾患検診は4月から

町では、40歳から節目の年齢を対

象に歯周疾患検診を助成し、いつもでも自分の歯でおいしく食べるために、「80歳で20本の歯を残そう」という「8020運動」を推進しています。今年度は、4月から12月末まで期間を延長しました。ぜひ、この機会に検診を受けて健康な歯を維持し、豊かで健康的な生活を過ごしましょう。

■期間	4月1日(月)～12月末
■対象者	平成25年度に40歳、50歳、60歳、70歳になる人(対象者には、4月上旬に個別通知します)
■場所	町内の委託医療機関(要予約)
■料金	700円
■内容	歯と歯周の検診

「菊陽町健康増進計画」の目標  
「歯の健康を守りましょう  
～8020をめざして～」と定めています

## 国保

### 「人間ドック健診補助」と 「はり・きゅう券」を交付します

健康・保険課 国民健康保険係 ☎(232)4912

国民健康保険・後期高齢者医療の被保険者で保険料の未納がない人  
「人間ドック健診」の補助と、「はり・きゅう券」の交付を行っています。  
希望する人は、次の内容を確認してお申し込みください。

#### 人間ドック健診補助

国民健康保険または後期高齢者医療の被保険者で保険料の未納がない人は、町を通して人間ドックを申し込むと、町が一律25,000円を補助します。

#### ■受診機関

- ・日本赤十字社熊本健康管理センター
- ・済生会熊本病院予防医療センター
- ・熊本県総合保健センター

#### ■健診コース

標準コース、消化器コースなど21コースを準備しています(コースによって個人負担が異なります)。

※後期高齢者医療に加入している人で人間ドックを希望する人は、申請書を郵送しますのでお問い合わせください。

#### はり・きゅう券交付

国民健康保険または後期高齢者医療の被保険者のうち、保険料の未納がない人で、はり・きゅう療養費の支給を受けていない人は、はり・きゅう券の交付申請をすると、1回の施術につき1,000円を町が負担します。

#### ■交付枚数

- 1 国民健康保険加入者  
1世帯につき年間60枚まで
- 2 後期高齢者医療加入者  
1人につき年間30枚まで

#### ■はり・きゅう券が利用できる施設

- ・渡部はり・マッサージ(津久礼) ☎(232)4883
- ・東洋理学鍼灸治療院(津久礼) ☎(232)5628
- ・緒方鍼灸あんま治療院(辛川) ☎(232)2166

#### ■申請場所

- 健康・保険課または武蔵ヶ丘支所
- 申請に必要なもの  
印鑑・保険証



## 医療機関への適正受診を心掛けてください

現在、休日や夜間に救急医療への受診が増え、緊急性の高い重症患者への治療に支障をきたしています。必要な人が安心して医療が受けられるように、医療機関の受診や薬局での薬の調剤の際には、次のことに注意しましょう。



**体** 調がすぐれない場合は、軽い症状でも昼間の診療時間内に受診しておきましょう。休日や夜間に救急外来を受診すると、重症患者への対応が遅れてしまう心配があるほか、医師の負担が増え、医療費も割増料金で高くなります。

**か** かりつけの医師を持ち、気になることがあったら早めに相談しましょう。

**同** じ病気で複数の医療機関を受診することは、医療費を増やすだけでなく、重複する検査や投薬により、かえって体に悪影響を及ぼす心配もあります。今受けている治療に不安などがあるときには、医師に伝えて相談してみましょう。

**後** 発医薬品(ジェネリック医薬品)は、先発医薬品と同等の効能があると認められていて、費用も安く済みます。ジェネリック医薬品を希望する場合は、医師や薬剤師に相談しましょう。

**薬** には副作用があり、複数の薬を使用する場合は飲み合わせによって副作用が強くなる場合があります。「お薬手帳」を活用し、すでに処方されている薬を医師や薬剤師に伝え、飲み合わせに注意しましょう。また、薬が余っている場合は、医師や薬剤師に相談しましょう。

#### ■問い合わせ

健康・保険課 国民健康保険係 ☎(232)4912

## 母子健康手帳を交付しています

健やかな妊娠と出産のために、医療機関で妊娠の診断を受けたら、早めに母子健康手帳を受け取りましょう。母子健康手帳の交付には予約が必要です。妊娠期間を快適・安全に過ごすための説明をしますので、時間に余裕を持ってお越しください。

交付曜日	時間	場所
水曜日	午前8時30分 ～午後5時15分	健康・保険課
月曜日	午前9時～午前11時	西部町民センター

手帳には赤ちゃんが生まれてくるまでの記録や、生まれた子どもの健診時の記録、予防接種を受けた記録を残します。その手帳は、お母さんと子どもの健康と成長のために医療機関でも重要な情報となります。また、進学や就職などで母子健康手帳が必要な場合もありますので、大切に保管しておきましょう。

- 万が一、母子健康手帳を紛失したら  
健康・保険課で再交付ができますので、ご相談ください。
- 手続きに必要なもの  
印鑑、身分証明書、再交付申請書(健康・保険課にあります)
- 問い合わせ 健康・保険課 ☎(232)4912

## 4月から、未熟児養育医療給付申請の手続きが町でできるようになりました

この制度は、指定養育医療機関での入院による養育が必要な未熟児に入院医療費(保険診療分)を助成します。4月から町で申請ができるようになりました。

- 対象児 生まれた時の体重が2,000g以下、または医師(指定養育医療機関)の判断により一定の条件に当てはまる場合。
- 申請時期  
出生後、速やかに申請してください(1カ月以内)。
- 必要なもの  
①養育医療給付申請書  
②世帯調査および同意書  
③委任状(町が申請者に代わって子ども医療費助成へ請求するために必要)  
④養育医療意見書  
(指定養育医療機関の医師から発行されたもの)  
⑤世帯全員分の収入と課税状況が分かる証明  
⑥健康保険証(本人の氏名が記載されているもの)  
⑦菊陽町子ども医療費受給者証  
⑧母子健康手帳  
⑨印鑑  
※①②③は健康・保険課にあります。窓口でお尋ねください。
- 問い合わせ 健康・保険課 ☎(232)4912