

保健だより

成人歯科検診のお知らせ

お口の中をよく見ると、歯と歯の間に白いものがついていませんか？一見食べかすのようですが、これは、プラーク（歯垢（しこう））とよばれるものです。このプラークの中に細菌がすみつき、『歯周病』の原因となります。『歯周病』は、歯を失う原因となるお口の病気です。35歳以上になると実に84%の人に歯肉炎や歯周炎が見られるようになり、50歳を境に歯を失う割合が急増します。

『歯周病』は、自覚症状がないまま進行するため、「歯がグラグラする」「歯肉が腫れている」「歯肉から出血する」と自覚されるころには、症状はととても悪化しています。

市では、虫歯と同様に、歯周病の予防のための専門家によるチェックとして、成人歯科検診を実施します。

この機会に歯と歯肉のチェックをしましょう。

【5月に実施する成人病歯科検診・要予約】

実施日	会場	申込期間
5月17日(月)	谷和原保健福祉センター	4月21日(水)～28日(水)
5月18日(火)	伊奈保健センター	

*顕微鏡を使って、ご自分のお口の細菌を観察できます。

- 対象者：18歳以上の方 *定員20人
- 負担額：500円
- 検診内容：問診、サリバスターテスト（歯肉出血検査）、歯科診察（歯・歯ぐき等の診察）ブラッシング指導（正しい歯みがき方法、歯みがきグッズの紹介等）

婦人科検診（子宮がん・乳がん）のお知らせ

市では本年度の婦人科検診（集団）を、6月、10月および翌年2月に行います。

なお、集団検診を受診されない場合は、登録医療機関で子宮がん・乳がん検診を受診できます。市で発行する受診券が必要となります。詳しくは健康増進課までお問い合わせください。

ご自分のライフスタイルに合わせて、年に1度は検診を受けましょう！

【6月に実施する集団検診・要予約】

実施日	会場	申込期間
6月5日(土)	谷和原保健福祉センター	5月13日(木)～21日(金)
6月9日(水)	伊奈保健センター	

*乳がん検診は、年齢により検診項目が異なります。(健康管理予定表でご確認ください。)

◆成人歯科検診・婦人科検診の申し込み方法

▼申し込み方法①申込受付専用電話

☎ 25-2983

②谷和原保健福祉センター窓口

▼申込受付時間＝午前9時～午後5時

(土・日・祝日を除く)

*上記以外の方法による受け付けおよび同一世帯のご家族以外の申し込み受け付けはできません。

*定員になり次第受け付けを終了しますので、ご了承ください。(婦人科検診の定員は、項目等により異なります。)

*成人歯科検診および婦人科検診当日は、200円でご負担いただくと、「骨密度測定」も受けられます。

【5月スケジュール】

講習・教室	期日	開始時間	使用料
健康増進室 利用講習会 (1時間30分程度)	8日(土)	午後1時	無料
	11日(火)	午前9時	
	16日(日)	午後1時	
	19日(水)	午後6時30分	
ミニ教室 ② バランスボール (1時間程度)	5日(水)	午前11時	100円
	12日(水)		
	19日(水)		
	26日(水)		
ミニ教室 ① チューブ運動 (30分程度)	6日(木)	午前11時	100円
	13日(木)		
	20日(木)		
ミニ教室 ② バランスボール (1時間程度)	7日(金)	午前11時	100円
	14日(金)		
	21日(金)		
	28日(金)		

◎ミニ教室の使用料には、健康増進室使用料を含みます。

健康増進室のご利用案内
●火～土：午前9時～午後8時30分
●日曜日：午前9時30分～午後7時30分（月曜日休室）
●料 金：1回あたり100円（免除制度あり）
※初めて健康増進室を利用する場合は、事前に「健康増進室利用講習会※1」を受けてください。

ご利用ください！健康増進室

●申込期間 4月26日(月)から受け付けます。
●月～金曜日(土、日、祝日を除く) 午前8時30分～午後5時15分
●申問 健康増進課 ☎25・2100

- ※1 健康増進室利用講習会
 - 対象者 市内在住・在勤・在学者で16歳以上の方
 - 定員 各日8人(予約制)
 - 申し込み方法 電話または窓口で直接お申し込みください。申し込みは本人、家族のみです。
- ※2 ミニ教室
 - 対象者 健康増進室利用講習会を受けたことのある方
 - 定員 各日20人(予約制・定員になり次第締め切り)
 - 申し込み方法 電話でお申し込みください。申し込みは、本人、家族のみです。(都合により、休講または変更する場合があります。)