

ポイントマークがあるものを受診したり参加したりすると「東浦町いきいきマイレージ」のポイントが貯められます！



第2期 東浦町いきいき健康プラン21 シリーズ15  
「健康でいきいきとした自分づくり 家庭づくり まちづくり」

歯と口の健康

●定期的な歯科健診を受診できていますか？

いきいき健康プランの取組みの1つである「歯と口の健康」の各評価指標の達成状況は、令和3年度に行われた中間評価時点では「3歳児健診でむし歯がない子の増加」の項目が改善し、「進行した歯周炎を有する人の減少」の項目では「中間値が策定値より悪化している」という評価になりました。

●歯周病とは？

歯周病は、細菌の感染によって引き起こされる炎症性疾患で、歯の周りの歯茎(歯肉)や、歯を支える骨などが溶けてしまう病気です。歯周病は30歳代後半以降の約7割が罹患しています。



早期には明確な自覚症状が現れにくく、歯の動揺、歯肉からの排膿といった自覚症状が出た時には、保健指導や歯科治療では歯の喪失を防ぐことは困難とな

る場合が多く、早期に歯周病を発見し、適切な治療につなげることが重要です。

●東浦町の取組み

歯科医院と連携し、歯周疾患検診や妊婦や乳幼児の歯科健診を行い、歯周病やむし歯の早期発見に努めてきました。令和6年度から、歯周疾患検診の対象に20、25、30、80、85、90歳を追加し、20歳から90歳の5歳刻みの年齢の住民に拡大して実施することで、生涯を通じた歯科健診の機会を確保しています。また、同じく令和6年度より9020表彰式を開催することで90歳で自分の歯を20本以上残すことを目標としています。今後もより多くの人に健診を受けてもらえるように歯と口の健康に取り組んでまいります。



90歳で歯が20本達成おめでとうございます！

永久歯は親しらずを除くと28本あります。そのうち20本以上あればほとんどの食べ物を噛むことができ、おいしく食事をすることができます。健康なお口を保つことは、いきいきとした生活を送るためには欠かせません。

今年度から「生涯、自分の歯で食べる楽しみを味わえるように」との願いを込めて、9020表彰式を開催することになりました。(敬称略・匿名希望の方は省略)

森岡…4名

緒川…木下 希夫、田野倉 ちよ子、林 和子、水野 久平

緒川新田…小野 幸子、恩田 正己、金野 吾悦

石浜…赤川 昇祐、田邊 喜治、成田 貞雄、水野 きよ子 ほか2名

生路…今村 光子 ほか2名

藤江…磯部 昭子、小田 満典、櫻井 信章、長坂 律子、新美 きよ子、新美 さよ子、新美 やす ほか1名

●9020達成者の皆さんに聞きました！

歯を大切にするために、心がけていること、日頃おこなっていることを伺いました！皆さんも9020で健康長寿を目指しましょう。

- ・朝晩かかわらず歯をみがいています。
- ・定期的に歯科健診に行っています。
- ・食事はよく噛んで食べるようにしています。など



9020 28名の方が表彰されました！

# 1月の予定 保健センター ☎ 83-9677 (Fax) 83-9678

個別通知する案内は掲載していません。町ホームページをご覧ください。  
「ところ」の表記がないものは「保健センター」で実施します。



## 母子健康手帳交付 (記帳あり 事前予約制)

とき 6日・20日(月) 9:15~9:30  
内容 母子健康手帳の交付、妊娠中の話など  
持ち物 妊娠届出書、マイナンバーが確認できるもの、顔写真付きの身分証明書、振込先金融機関口座確認書類



当日、出産応援給付金の申請をしていただきます。  
←詳細は町ホームページでご確認ください。

## 乳幼児健診・相談

名称	対象	日にち	内容(計測・個別相談は共通)
4か月児健診	R 6. 9月生	24日(金)	診察・産婦歯科健診
7か月児健診	R 6. 6月生	29日(水)	診察
歯っぴー相談(1歳児計測)	R 5. 12月生	7日(火)	ブラッシング☆
1歳6か月児健診	R 5. 7月生	10日(金)	診察・歯科健診・ブラッシング・フッ素塗布☆
2歳2か月児歯科健診	R 4. 11月生	22日(水)	歯科健診・ブラッシング・フッ素塗布☆
3歳0か月児健診	R 4. 1月生	8日(水)	尿検査・屈折検査・診察・歯科健診・ブラッシング・フッ素塗布☆

- 受付時間 13:00~14:00
- 持ち物 母子健康手帳 ☆印:歯ブラシ、コップ、タオル ※体調不良などで来所できない場合は連絡してください。 ※11:00の時点で暴風警報などが発令中の場合は中止

## 乳幼児予防接種 (町内医療機関で実施中)

予診票がない方、接種間隔など不明点は保健センターへ  
※かかりつけ医が町外の場合など、県内協力医療機関でも接種可(接種1週間前までに手続きが必要)

## 赤ちゃん和妈妈のホットスペース (予約不要) ※母乳相談(予約制)も随時行っています。ご希望の方は保健センターへ

とき	ところ	内容	対象	持ち物	
6日(月) 13:30~15:00	保健センター	赤ちゃんを連れて、悩みを相談したり、おしゃべりしに来てください。午後2時頃からふれあい遊びがあります。	入退室自由	生後7か月になるまでの赤ちゃんとその保護者	母子健康手帳、バスタオル、赤ちゃんに必要なもの
20日(月) 13:30~15:00					

## 赤ちゃん和妈妈のホット広場 (予約制(先着6組)) 問い合わせ みか助産院 ☎080-6970-1049

予約はこちらから

とき	ところ	内容	対象	持ち物	
14日(火) 10:00~11:30	みか助産院	赤ちゃんを連れて、おしゃべりしに来てください。赤ちゃん和妈妈がホットと安らげる場所です。	入退室自由	生後6か月になるまでの赤ちゃんとその保護者1名	母子健康手帳、バスタオル、必要な育児用品
28日(火) 10:00~11:30					



## がん検診 (完全予約制) ※個別胃がん検診…町内指定医療機関で実施(料金:4,000円)



検診名	日にち	ところ	受付時間	年齢別					受診料…子宮頸1,200円、乳腺1,400円、胃1,400円、大腸500円、前立腺600円 受診料無料の方…東浦町国民健康保険加入者、満70歳以上の方、生活保護受給者、町民税非課税世帯者、65~69歳の後期高齢者医療加入者、がん検診無料クーポン券対象者
				20歳以上子宮頸	40歳以上乳腺	40歳以上胃	50歳以上大腸	50歳以上前立腺	
男性検診	10日(金)	保健センター	9:00~11:00	●	●	●	●	●	
女性検診	16日(木)			●	●	●	●	●	
休日男性検診	26日(日)			●	●	●	●	●	
休日女性検診				●	●	●	●	●	

※定員に達している場合があるため、申込み前に問い合わせてください。

## 1月の休日急病診療 受付時間 9:00~11:30(診療時間9:00~12:00) ⚠ 発熱などがある方は事前に連絡してください。

日にち	診療所名	電話番号
1日(水・祝)	耳鼻咽喉科みやこクリニック(耳鼻咽喉・アレ)	82-3859
2日(木)	あべ内科クリニック(内・呼・アレ)	84-1155
3日(金)	巽ヶ丘クリニック(内・循・小児)	35-1111
5日(日)	さとう内科クリニック(内・胃・小児・呼・循)	83-5166
12日(日)	みに整形外科(整・リハ・リウ・内)	82-0114
13日(月・祝)	あべ内科クリニック(内・呼・アレ)	84-1155
19日(日)	耳鼻咽喉科みやこクリニック(耳鼻咽喉・アレ)	82-3859
26日(日)	やまもとクリニック(内・循・小児・消内)	82-0600

### 急病で困ったときは…

- 愛知県救急医療情報センター(24時間) ☎33-1133
- 小児救急電話相談(毎日19:00~翌朝8:00) ☎[#8000](短縮番号が使えない場合は☎052-962-9900)
- 半田歯科医療センター(診療時間 9:00~13:00) ☎0569-23-2636 ※身体障がい者(児)などは毎週木曜日
- あいちこころほっとライン365(毎日9:00~20:30) ☎052-951-2881
- 名古屋いのちの電話(24時間) ☎052-931-4343
- 全国版救急受診アプリ[Q助]
- あいち救急医療ガイド

Q助アプリ



医療ガイド



## こころの保健室(心の健康など)

臨床心理士	24(金)	13:30~(40分程度 予約制)	「疲れやすい」などの体の症状があるときや「気分が沈みがち」などこころがすっきりしないときに相談してください。
保健師	15日(水)、29日(水)		