

けんこうガイド

10・11月

☑=内 容
☒=対 象
☑=定 員
☑=持 ち 物
☑=費 用
☑=申 込 込

健康推進課(保健センター内) 〒362-0074 春日2-10-33 ☎774-1411 ☎776-7355

母子保健	とき・ところ	内容・対象・持ち物	備 考
フッ素塗布	11月2日(火) 尾山台団地集会所	☑歯科健診(1歳6か月児健康診査など)を受診した4歳未満児(6カ月間隔で塗布できます) ☑母子健康手帳、タオル、歯ブラシ	☑1,365円 ☑当日、直接会場へ
	午後1時15分～2時		
10か月児健康相談	10月29日(金) 保健センター	☑平成21年12月の出生児 ☑母子健康手帳、おむつ、バスタオル	☑当日、直接会場へ ※発熱時や感染性疾患の疑いのある人はご遠慮ください。
	午前9時～10時		
妊婦教室 (両親学級併設)	11月10日(水) 保健センター	☑出産予定日が平成23年2月～4月の人(2日間で1コース(2日目はパートナーと受講可))	☑30組 ☑300円(食材費) ☑電話で健康推進課へ(先着順)
	11月17日(水) 保健センター		
乳幼児健康相談	10月20日(水) 乳幼児相談センター	☑身長・体重の計測、発達・育児・食事・歯の相談 ☑就学前の乳幼児 ☑母子健康手帳、おむつ、バスタオル	☑当日、直接会場へ ※発熱時や感染性疾患の疑いのある人はご遠慮ください。保護者の健康相談も行います。
	午後1時30分～2時30分		
4か月児健康診査 1歳6か月児健康診査 3歳児健康診査 ポリオ予防接種	対象者には個別通知。通知のない場合は、お問い合わせください。 ※日程など詳しくは、『予防健診一覧 22年8月～11月』または市ホームページをご覧ください。		

成人保健	とき・ところ	内容・対象・持ち物	備 考
総合健康相談	11月9日(火) 市役所ロビー	☑保健師・栄養士による健康相談 ☑健康面で心配がある人 ☑健康手帳(持っている人)	☑当日、直接会場へ
	午前9時30分～10時30分		
骨骨(コッコ)セミナー	11月1日(日) 保健センター	☑医師・運動指導士の講義、楽しく運動、栄養士の講義・調理実習、歯科衛生士の講義・ブラッシング実習 ☑骨粗しょう症の予防に関心のある人	☑35人(先着順) ☑300円(食材費) ☑電話で健康推進課へ ※2日間コースになります。
	11月11日(木) 保健センター		
栄養・健康相談 (生活習慣病予防相談)	10月25日(月) 保健センター	☑保健師、栄養士、運動指導士、歯科衛生士による健康相談。高脂血症、高血圧、糖尿病、骨粗しょう症など生活習慣病予防のための相談と健康診査後の相談 ☑健康面で心配がある人 ☑健康手帳(持っている人)、歯ブラシ	☑4人 ☑電話で健康推進課へ(予約制)
	午前9時10分～10時10分		
精神保健相談	11月5日(金) 保健センター	☑保健師・精神科医師による面接相談 ☑精神面で心配がある人と家族	☑3組 ☑電話で健康推進課へ(予約制) ※申込時に相談内容を確認します。
うつ病患者の 家族サロン	11月11日(木) 保健センター	☑共通の悩みを持つ家族の話し合い ☑うつ病患者の家族	☑当日、直接会場へ
統合失調症患者の 家族サロン	10月28日(木) 保健センター	☑共通の悩みを持つ家族の話し合い ☑統合失調症患者の家族	☑当日、直接会場へ
【個別検診】 成人歯科健康診査、女性健康診査、骨粗しょう症検診、前立腺がん検診、大腸がん検診、子宮がん検診、肝炎ウイルス(B型・C型)検診 【集団検診】 胃がん検診、乳がん検診 ※申し込みなど詳しくは、『予防健診一覧 22年8月～11月』または市ホームページをご覧ください。			

献 血	※日程が変更になることがあります。			
と き	と ころ	時 間	内 容	主 催
10月4日(月)	あだち野農業協同組合大石支店	午後1時30分～3時30分	全血	大石地区愛育班

平日夜間・休日診療

【平日夜間診療】

小児科・内科

「平日夜間・休日急患診療所」(緑丘2-2-27 上尾医療センター内、☎774-2661・☎772-1353)で行っています。
 ▷診療日 月～金曜日(祝日を除く)
 ▷診療時間 午後8時～10時(受け付けは午後8時～9時30分)

【休日診療】

内科・小児科・外科

「平日夜間・休日急患診療所」(上記参照)で行っています。
 ▷診療日 日曜日・祝日・年末年始
 ▷診療時間 午前9時～正午、午後1時～4時(受け付けは午前11時30分まで、午後は3時30分まで)

歯科

「北足立歯科医師会休日診療所」(鴻巣市赤見台1-15-23、☎048-596-0275)で行っています。
 ▷診療時間 午前9時30分～午後0時30分

【休日】

産婦人科

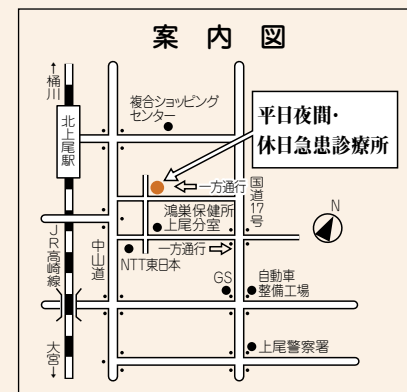
11月	当 番 医
3日	木下産婦人科クリニック ☎787-5533・FAX787-3801
7日	上尾中央総合病院 ☎773-1111・FAX773-7122
14日	ひらしま産婦人科 ☎722-1103・FAX722-1146
21日	ナラヤマレディースクリニック ☎771-3659・FAX771-3922
23日	木下産婦人科クリニック ☎787-5533・FAX787-3801
28日	上尾中央総合病院 ☎773-1111・FAX773-7122

▷診療時間 午前9時～正午、午後1時～4時

◆広報掲載の後、当番医の変更が生じる場合もあります。各新聞の埼玉版休日医欄も参考の上、お出掛けください。

●こんな時には、埼玉県救急医療情報センターの「県民案内サービス」のご利用を！

- ①救急車を呼ぶほどではないが、緊急に受診が必要なとき
 - ②休日・祝日、夜間などのとき
 - ③どこで診てもらえばよいか分からないとき
- 診療が可能な医療機関をご案内します。☎048-824-4199(24時間対応)



今月の健康

353 歯周病と全身疾患

歯周病とは、歯と歯茎のすき間や、歯石に付いたプラーク(歯垢)中の歯周病菌が引き起こす病気です。歯茎が腫れて炎症が起きている状態が歯肉炎、さらに歯肉炎が進行し、歯を支えている骨が溶けてしまふと歯周炎となります。歯周炎は初期の段階では無症状ですが、進行していくと歯がグラグラ動いたり、物をかむと痛みなどの症状が出たりします。

また近年では、歯周病がさまざまな全身の病気と関係があることが分かっています。

心臓血管疾患 歯周病菌に対する免疫反応により、心臓の血管を変性させ、さらに歯周病菌内の物質が、直接血管内に血栓を作るように働くことで、血管を狭めてしまふと考えられています。

糖尿病 健康な人の体では糖が多くなると、すい臓からインスリンという物質を放出して、体に糖を取り込むように働きます。しかし体に歯周病のような炎症があると、インスリンの働きが弱まり、血糖値に悪影響を及ぼします。逆に歯周病の治療をし、口内の状態が良くなると、糖尿病が良くなる人もいます。

肺炎 歯周病菌を含んだ唾液を誤って飲み込むことで、肺炎を引き起こす場合があります。歯周病菌には肺炎の原因となる菌も多く、特に高齢者は体の生理的機能が衰えたり、免疫の機能が低下したりすると、肺炎にかかりやすくなるので、注意が必要です。

低体重児出産、早産 歯周病と関係があることは分かっているのですが、その仕組みは、まだはっきりとしていないようです。歯周病にかかると出でくる何らかの物質が、出産に影響を及ぼしていると考えられています。

厚生労働省の調査では、成人の8割が歯周病にかかっているのに対し、歯周病患者の多い40～60歳代でも、約60%の人しか自分が歯周病であると思っていないという調査もあります。自覚症状がなくても、全身の健康に関係していることを考え、定期的な検診、清掃を受けることをお勧めします。

北足立歯科医師会