

保健

6月4日～6月10日までは
「歯の衛生週間」です

日本脳炎予防接種の実施

- 対象者 3歳以上の南国市住民
- 実施日時 6月10日(休)、6月17日(休)、
6月24日(休)、7月1日(休)、
7月8日(休)
午前 9時～12時
- 実施医療機関
吉川診療所(植野)
山本循環器内科(駅前町)
北村病院(東崎)
谷医院(片山)
- 接種料金
1回 1,300円を医療機関に支払ってください。ただし生活保護世帯、市民税非課税世帯および身体障害者は無料ですので、医療機関の窓口で申し出てください。

■注意事項

- ①接種希望者は当日の朝、体温を測定し、直接医療機関へ。
 - ②予防接種は住民票を有する市町村で実施することが原則ですので、南国市以外の医療機関では接種を受けないでください。
- ※なお、不明な点がありましたら、保健福祉センター(☎7373)までお問い合わせください。

日本人の虫歯人口は10人中9人。一方、歯槽膿漏の人も40歳以上で90%以上に達します。虫歯や歯槽膿漏は放置すると、他の病気の引き金にもなります。「たかが虫歯」と考えず、「されど虫歯」の立場で対策を講じましょう。虫歯・歯槽膿漏も、成人病と同様、ふだんの生活がつくり出す、いわば「習慣病」。従ってライフスタイルの改善で、十分予防は可能です。

対策の第一は、何といっても徹底した歯磨き。そして定期的な歯の健診(南国市では毎年「歯の衛生週間」に合わせて各歯科医療機関で無料歯科健診を行っていますので、ご利用ください)です。

「丈夫な歯なくして健康なし。・・・このことをまず肝に命じて、さあ、口の中の「両悪役」追放作戦を開始しましょう。

「歯槽膿漏」 早期発見チェックポイント

- 1 歯を磨くと歯ぐきから出血する
- 2 歯肉が腫れたり赤くなる
- 3 歯垢や歯石がついている
- 4 朝起きたとき、口の中がねばり気がある
- 5 歯ぐきがムズムズとすることがある
- 6 歯肉を押すとうみが出る
- 7 歯がぐらぐらする感じがする
- 8 歯と歯の間にすき間ができてくる
- 9 歯がしりやくいしはるくせがある
- 10 腐ったような口臭がある
と人にいわれる

このうち5つ以上該当するものがあれば歯槽膿漏と思われる。3つ以上ならば要注意。



全地区対象

総合健康診査のご案内

南国市保健課では、すべての検診を一度にできる総合健康診査を今年度完成しました「南国市保健福祉センター」にて、下記のとおり実施いたします。

この機会にぜひ受診されますようご案内します。

■検診科目

科 目	受付時間	定員	料 金
(1)胃がん検診	8:00～10:00	75人	500円
(2)子宮がん検診 乳がん検診	9:00～10:30	80人	400円 100円
(3)基本健康診査	9:00～11:00	120人	500円
(4)肺がん・結核検診 (胸部レントゲン検診)	9:00～11:00	120人	100円
(5)歯科健診	9:00～11:00	80人	無 料

- 検診日 7月2日(金)
- 検診場所 南国市保健福祉センター
- 申込方法 直接電話で保健福祉センター(☎7373)まで申し込んでください。
- 申込期限 6月18日(金)