

第2次白鷹町健康増進計画 元気ニコニコしらたか21

GENKINIKONIKOSHIRATAKA 21

【問い合わせ】健康福祉課健康推進係 ☎ 86-0210

お口の中からはじめる全身の健康管理



歯周病とは？ 歯と歯茎との境目にある溝（歯周ポケット）にできた細菌のかたまりが原因で起こる感染症。自覚症状がないまま進行し、初期は歯肉の腫れや出血、末期になると歯を支える骨が溶け、歯が抜け落ちる恐ろしい病気です。

《歯周病が及ぼす全身への悪影響》

動脈硬化▷血管に侵入した歯周病菌が血管内にできた細菌のかたまりに感染し、血管の壁を厚くし血管を狭めることで動脈硬化を促進します。

糖尿病▷歯周病が重症化すると、血液中で血糖をコントロールするインスリンの働きが妨げられて糖尿病が悪化します。

心疾患・脳卒中▷歯周病菌が心臓の血管の壁に付着して血管を狭め、狭心症や心筋梗塞など心疾患のリスクを高めます。また、血管の壁に付着した歯周病菌のかたまりが脳卒中の原因になることもあります。

誤嚥性肺炎▷飲み込む力が低下すると、食べ物やだ液が気管に入り込んでしまいます。気管に入った液中の歯周病菌により、肺が感染して誤嚥性肺炎を起こします。

町では節目年齢の方に「歯周疾患検診」を実施し、その費用の一部を助成します。ぜひ検診を受け、歯周病や虫歯予防にお役立てください。

●**対象** 平成30年度内に40歳、50歳、60歳、70歳の年齢に達する方で、現在歯科の治療をしていない方

●**費用** 1,500円（生活保護・町民税非課税の方は無料）

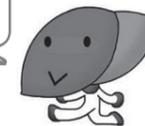
●**検診内容** 歯肉の健康状態やむし歯の有無など

●**医療機関** 山形県歯科医師会に所属する県内の歯科医院

※対象の方に案内と受診券を送付します。受診券が届いたら県内の歯科医院へ直接予約し、受診してください。

歯周病を予防することは、歯や口の健康を守るだけでなく、生活習慣病をはじめ、全身の健康を守ることにもつながります。毎食後の歯みがきと歯科医院での定期的な検診で、お口から全身の健康を守りましょう。

早期発見・早期治療が大切です！



肝炎総合対策マスコット (厚生労働省)

7月28日は「日本肝炎デー」

ウイルス性肝炎とは、肝炎ウイルスに感染して肝臓の細胞が壊れていく病気で、ほとんどが状態が悪化するまで症状が出にくいと言われています。感染に気づかないまま慢性肝炎を発症し、肝硬変や肝がんに至ることもあるため、一生に1回は肝炎ウイルス検査を受けることをお勧めします。

なお、B型、C型肝炎は血液検査で調べることができ、検査は町の同日検診や保健所等で受けることができます。

①町で行っている検査は、今年度40歳となる方（昭和53年4月2日～昭和54年4月1日生）と、今までに検査を受けたことがない41歳以上の方が対象です（自己負担1,000円）。また、下記の方には、検査を無料で受けられる受診券を送付しています。

41歳	昭和52年4月2日～昭和53年4月1日
46歳	昭和47年4月2日～昭和48年4月1日
51歳	昭和42年4月2日～昭和43年4月1日
56歳	昭和37年4月2日～昭和38年4月1日
61歳	昭和32年4月2日～昭和33年4月1日

※平成31年4月1日現在の年齢

②保健所では、過去に検査を受けたことがない方で検査を希望する方を対象に無料で検査が受けられる事業を行っています。詳しくは、直接保健所にお問い合わせください。

7月



デマンドタクシー 運行・予約受付カレンダー

日	月	火	水	木	金	土
①	②	③	④	⑤	⑥	7
⑧	⑨	⑩	⑪	⑫	⑬	14
15	⑯	⑰	⑱	⑲	⑳	21
⑳	㉓	㉔	㉕	㉖	㉗	28
㉙	⑳	㉑				

- 運行日** 毎週月曜～金曜日
- 予約受付日** 日曜～金曜日（丸印の日）
※利用の際は、前日までご予約ください。ただし、当日午後1時以降の便を利用する場合は、当日午前9～11時まで予約すれば利用可能です。
- 受付時間** 午前9時～午後5時
※通常のタクシーとは異なり、乗り合いタクシーのため出発時間や到着時間に幅が生じます。時間に余裕もってご利用ください。

デマンドタクシー予約センター ☎ 85-0365

Library 図書館だより

◎開館時間：午前9時～午後7時
◎7月の休館日：2・9・15・23・30日

第375回 おはなしの会

【日時】7月1日（土）午前10時～
【場所】図書館

《わたしが薦める一冊》
図書館協議会委員 小出 稔

『1003歳どこを向いても年下ばかり』
笹本恒子／著（PHP研究所）
「私の祖母は、江戸末期にペリーの黒船をその目で見た人でした。」という一節があります。1003歳ということ、こういうことかと認識させられます。日本初の女性報道写真家である筆者は、最後に「わたしがいなくなっても、写真は残ります。その写真を通して、時代の風がどんなふうにかいていたのか、感じ取って、そこから未来への道しるべを見つけていただきたい。」と結んでいます。体験に基づく貴重な一冊です。ぜひ、ご一読を。

●今月の新購入図書

青少年読書感想文全国コンクール課題図書、YBC読書感想文「本の森たんけん」指定図書も準備しています。ご利用ください。

書名	著者名	出版社
砂の家	堂場 瞬一	KADOKAWA
黙 過	下村 敦史	徳間書店
あやかし草紙	宮部みゆき	KADOKAWA
あの夏、二人のルカ	菅田 哲也	KADOKAWA
空飛ぶタイヤ	池井戸 潤	実業之日本社

書名	著者名	出版社
泣きかたをわすれていた	落合 恵子	河出書房新社
向こう側の、ヨーコ	真梨 幸子	光 文 社
闇に魅入られた科学者たち		NHK出版
美術館へ行こう	伊藤まさこ	新 潮 社
教諭師	堀川 恵子	講談社文庫