

ごんにちは保健センターです

申し込み・問い合わせ 健康増進課 ☎443-1631



手洗い・うがいを忘れずに



お子さんの「麻しん風しん 混合ワクチン2期」は お済みですか

麻しん風しん混合ワクチン2期は、小学校就学前1年間で接種する予防接種です。麻しんは、「はしか」と呼ばれ急性熱性発疹性の感染症で特異的な治療法はなく、脳炎や髄膜炎などの重い合併症で致命的な事態を招くことがあります。

風しんは、妊娠早期に妊婦が感染すると胎児に難聴・心疾患・白内障などの障害を残すことがあります。今年、各地で風しんが流行しています。接種がお済みでない場合は、体調の良い時に早めに接種しましょう。

接種期間 小学校就学前の年長児

平成31年3月31日(日) 陽市が委託している医療機関 ※接種期限を過ぎると有料になります。

※予診票を紛失された場合は、母子健康手帳を持参のうえ、健康増進課へお越しください。



風しんの抗体検査の対象者が拡大されました

9月20日から千葉県風しん抗体検査の対象者に「妊娠を希望する女性の配偶者(婚姻の届出をしていないが、事実上婚姻関係と同様の事情にある方を含む)または風しんの抗体価が低い妊婦の配偶者」が追加になりました。

詳しくは、千葉県ホームページまたは千葉県疾病対策課へご確認ください。

千葉県疾病対策課 ☎223-2691

11月8日は、「いい歯の日」

健康長寿のためには、ご自分の歯が、いい歯であることがとても重要です。歯を失う主な病気は、歯周病で口の中の歯周病菌などが原因となり、初期段階では自覚症状はありませんが、進行すると歯肉が腫れて出血し、歯を支えている骨が溶けて、歯が抜け落ちてしまいます。皆さんも、次の項目をチェックしてみましょう。

- ・ 歯肉が赤く腫れている部位がある。
- ・ 口臭が気になる。
- ・ 歯肉がやせてきたように感じる。
- ・ 歯と歯の間にもものがつまる。
- ・ やさしく歯磨きをしている

在宅訪問歯科診療を実施

65歳以上で寝たきりなどに



の出血する。1つでも当てはまれば歯周病の可能性がります。

歯周病は、毎日のお手入れで予防、改善が出来ます。かかりつけ歯科医をもって定期的に、口の中のチェックや歯磨き指導を受けて、健康な歯を保ちましょう。

□口腔ケアグッズ(歯ブラシやマウスウォッシュ、口腔ケア用ウエットティッシュ、手鏡)を持ち歩くことをおすすめします

大きな災害が起こると、ライフラインが止まり、水は貴重なものとなり、うがいや歯を磨くことが十分にできなくなり、歯を磨いていないと口臭や歯垢の付着など、さまざまな問題が起きます。このような悪循環から、高齢者は誤嚥性肺炎を起こしやすくなります。

日頃から、お出かけする時には歯ブラシなどを持ち歩き、食後に、口腔ケアをして常に歯をきれいな状態にしておきましょう。

より歯科医院への通院が困難な方を対象に、在宅で歯科診療を実施しています。

歯が痛い・入れ歯が合わない・入れ歯が割れたなどで、歯科診療を希望する寝たきりの方がいましたら、健康増進課までお申し込みください。

事前に保健師と歯科衛生士で、健康状態や口の中の状態を調査させていただき、その後、歯科医師による歯科診療となります。

ご家庭での歯科診療となりますので診療内容には限度があります。

治療費は健康保険証での診療となりますので、自己負担があります。

愛の献血にご協力ください

11月6日(火)

午前10時～11時45分

午後1時～4時

総合保健福祉センターロビー 200ml献血をして4週間、または400ml献血をして12週間(女性は16週間)の方で、年間総献血量(男性1200ml、女性800ml以内)を超えている方は、次回にお願いいたします。

献血カードをお持ちの方は、献血可能日をご確認ください。また、問診などにより献血をご遠慮いただく場合もあります。

すくすく相談 ※予約制

保健師・栄養士・歯科衛生士が、育児に関するさまざまな相談に応じます。体重の増え、身長の伸びが気になる

・ ミルクの飲みが少ない、離乳食が進まない
・ ことばが遅い、発達が心配
・ 歯磨きが上手にできないなど 相談は無料です。

11月26日(月) 午後1時30分～3時

総合保健福祉センター

1歳6カ月未満のお子さんとその保護者

母子健康手帳・バスタオル健康手帳を活用しましょう

健康手帳は、健康診査、がん検診などの受診記録、体重や血圧など毎日の変化を記録し、自らの健康づくりに活かすものです。

40歳以上の方で健康手帳を希望する方は、健康増進課窓口でお配りしているほか、厚生労働省ホームページからもダウンロードできます。

こんな使いみちがあります

- ・ 血圧が気になる方に
- ・ 検診の覚え書きに
- ・ 減量に挑戦してみようと思
- ・ 健康相談を受けた時に
- ・ ぜび、ご活用ください。

八街東小学校・八街北小学校合同通学合宿

9月24日(月)～27日(木)、千葉黎明高等学校校舎合宿所で、八街東小学校・八街北小学校合同通学合宿が行われ、両校児童20人が参加しました。ボランティアスタッフの千葉敬愛短期大学生7人とともに生活・通学し、千葉黎明高等学校の協力のもと体験活動も行いました。



子育て親子の交流の場

おやこサロン「ひまわり」
 毎月曜日(金曜日)
 午前9時～午後4時
 総合保健福祉センター3階

※正午～午後1時は閉鎖
 スポーツプラザ
 11月2日(金)・7日(水)・9日(金)・21日(水)・30日(金)

場 午前9時～午後4時
 スポーツプラザ2階
 第1会議室

※21日(水)の午前9時～11時30分は、子育て支援サポーターがいます。

〈使用の注意事項〉
 ○特定の団体のみの使用はできません。
 ○事故やケガなどには十分注意してください。

子育て支援課 ☎443-1693

記号の見方

日時

会場

内容

対象

定員

費用

申し込み

締め切り

持ち物

問い合わせ

FAX

444-0815