



# 保健ガイド

【問合せ・申込み】保健センター ☎ 552・0061

事業名	日時	場所	対象・定員
①健康相談	5月7日(木)・21日(木)午前9時30分～11時	市役所1階ロビー	
	5月14日(木)午前10時～正午	福生地域体育館	
②ヘルスチェック 血管年齢、脳年齢、骨密度、咬む力、体組成、足指力の測定、食事・運動等についての助言	5月15日(金) ①午後1時30分(受付) ②午後2時30分(受付)	保健センター	20歳以上の方・先着35人 ※前回受けた方は6か月経ってからお申し込みください。
③育児相談 身体計測、育児相談、母乳・栄養相談	5月1日(金)午後1時30分～2時30分	子ども応援館	4か月児からの乳幼児
	5月20日(水)午前9時30分～10時30分	保健センター	
④離乳食教室 離乳食の作り方、進め方(試食あり)	5月13日(水)午前10時～11時30分		離乳食開始時期の乳児とお母さんなど・先着14組
⑤すくすく歯科健診 (乳幼児歯科健康診査)	5月13日(水)・20日(水)午後1時～2時(受付) ※母子健康手帳・歯ブラシ2本・コップ・タオル持参	保健センター	3歳11か月になる月までのお子さん(フッ素塗布は3歳3か月になる月まで)

【申込み】①・③は不要。②・④は4月17日(金)から、⑤は初診・日程変更の方のみ前日までに保健センターへ。  
○妊娠届出書の提出及び「母子健康手帳」の交付は保健センターです。  
○赤ちゃんが生まれたら、出生届と一緒に出生通知票を総合窓口課へ出しましょう。

## 5月の予防接種(BCG)

期日	備考
18日(月)	標準的接種期間対象者:5か月～8か月未満(接種は1歳未満まで可能です。)

【受付時間】午後0時50分  
【場所】保健センター※接種の際は保護者同伴で、必要事項を記入した予診票と母子健康手帳を持参してください。

## 歯科医師会だより 「歯周病と全身疾患の関係について」

歯周病は歯のまわりの組織が細菌によって炎症を起こし、歯を支えている歯槽骨が溶かされる病気です。歯の周りの組織(歯周組織)の破壊が進むと、最後には歯が抜け落ちてしまいます。今までは、歯周病はお口の中だけの病気と考えられてきました。しかしながら、近年、歯周病が全身疾患にもたらす影響、また全身疾患が歯周病に与える影響についての研究が進められています。まず心臓疾患との関係ですが、歯周病のある人は心臓疾患を発症するリスクが高いことが報告されています。また、歯周病が重篤であればあるほど、その発症リスクが高くなるとも言われています。妊娠中の歯周病の人は、そうでない人に比べて低体重児出産や早産する確率が高いことが報告されています。妊娠中の口腔ケアは重要になってきています。歯周病菌は肺炎の原因となるものも多いので、高齢者、認知症、脳血管障害、手術後など、食物の飲み込みを上手く行えない人は誤嚥性肺炎になってしまう確率が

高くなります。糖尿病の人は歯周病になるリスクが高いという報告や、歯周病の治療によって歯ぐきの炎症が改善すると、インスリンが働きやすい状態になって血糖値が改善する可能性があるという報告もあります。骨粗しょう症の人は、歯周病が進みやすいと考えられています。骨密度が低いために歯周病が進行しやすいとの見解もあります。癌は「病が口から山のように」と書きます。私たち歯科医師会では健康な生活はお口の中の健康を保つことから始まり、口腔ケアを重要な予防法の一つに位置づけています。病気を発症してから治療することも大切ですが、病気を未然に防ぐことは私たちにとってより大切な生き方かと考えています。最後に福生市歯科医師会では、毎年6月に口腔がん検診(無料)、11月のふっさ健康まつりでは口腔がん相談を実施しています。ご希望の方は右記の記事を参考にお申し込みをお願いします。【文責】金村歯科医師

## 5月の休日診療

※保険証をご持参ください。

診療時間	内科・小児科(昼間)	内科・小児科(準夜)	歯科休日診療
	午前9時～11時45分 午後1時～4時45分		午後5時～9時45分
3日(例)	福生市休日診療所 福生2125-3 ☎552・0099	石畑診療所 瑞穂町石畑207 ☎557・0072	平出歯科 福生248-11 ☎551・4738
4日(例)	福生市休日診療所	福生市休日診療所	ふみ歯科診療所 福生798-2第7森田ビル1F ☎551・7288
5日(例)	福生市休日診療所	福生市休日診療所	吉成歯科医院 熊川1396塩野ビル2F ☎553・5538
6日(休)	福生市休日診療所	みずほクリニック 瑞穂町長岡長谷部31-1 ☎568・0300	江藤歯科医院 熊川621 ☎552・9750
10日(日)	福生市休日診療所	福生市休日診療所	吉野歯科医院 福生887-6星野マンション103 ☎551・3050
17日(日)	福生市休日診療所	福生市休日診療所	浜崎歯科 福生1078-11第2栄和ビル ☎530・2729
24日(日)	福生市休日診療所	福生市休日診療所	河野歯科医院 南田園3-2-38 ☎553・2829
31日(日)	福生市休日診療所	羽村市平日夜間急患センター 羽村市緑ヶ丘5-1-2 ☎555・9999	今里歯科医院 本町78 ☎551・0440

## 5月の乳幼児健康診査

※母子健康手帳をお忘れなく。

健診名	健診日	対象児	受付場所・時間
3か月児	19日(火)	平成27年1月生まれ	保健センター 午後1時～1時45分
6か月児	満月齢後の6・7か月期	平成26年11月生まれ ※受診日時時点で生後6か月0日以降の乳児	個別健診。通知はしません。 3か月児健診の際に交付した受診票を持参し、都内の指定医療機関で受診してください。
9か月児	満月齢後の9・10か月期	平成26年8月生まれ ※受診日時時点で生後9か月0日以降の乳児	
1歳6か月児	26日(火)	平成25年10月生まれ	保健センター 午後1時～1時45分
3歳児	12日(火)	平成24年4月生まれ	

## がん検診のお知らせ

①胃・肺がん検診(6月)  
※原則としてセットでお申し込みください。  
【日時】6月30日(火)午前9時～正午  
【場所】保健センター  
【対象】市内在住の35歳以上の方(年齢は平成27年4月1日現在)  
【定員】85人(定員を超えた場合は抽選)  
※市で実施する胃・肺がん検診を受診したことがない方が優先  
【検診方法】検診車による集団検診。バリウム投与・胃間接撮影。胸部X線直接撮影。喀痰検査(必要な方のみ)。  
【申込み】4月28日(火)(当日消印有効)までに往復はがきでお申し込みください。また、市ホームページから電子申請で申し込むこともできます(4月28日(火)午後11時59分まで)。  
●次の方は受診できません  
▼1年以内に胃・肺を手術した方  
▼現在、胃・肺または十二指腸を治療中または経過観察中の方  
▼胃・肺の検査を受診後、1年を経過しない方  
▼妊娠中の方  
●次の方は申込み前に保健センターへ連絡してください  
▼1年以内に手術(胃・肺に限らず)

をした方  
※当日の問診結果によっては受診できない場合があります。  
〈往復はがきの書き方〉  
【往信・表】〒197-0011 福生市福生2125番地3 福生市保健センター  
【往信・裏】①住所②氏名③生年月日④年齢⑤電話番号⑥胃・肺がん検診希望  
【返信・表】ご自分の住所・氏名  
【返信・裏】無記入  
※往復はがき1枚につき1人の申込みです。記載内容に不備があると受診できませんのでご了承ください。  
②口腔がん検診  
【日時】6月13日(土)午前9時～午後1時  
【場所】保健センター  
【対象】市内在住の40歳以上の方(年齢は平成27年4月1日現在)  
【定員】先着137人  
【検診方法】視診、触診、組織染色法による検診  
【申込み】4月16日(木)午前8時30分から電話で保健センターへ。  
〈①②共通〉検診の結果、精密検査や治療が必要となった場合の費用は自己負担となります。また、受診結果によっては保健センターから連絡がいく場合があります。

※各事業の申込みは特に記載のあるものを除き、電話で申し込めます。また費用の記載のないものは無料です。

市役所は祝日の土曜日を除き、一部の部署で毎週土曜日開庁しています。(午前8時30分～午後5時15分※正午～午後1時は除く)毎週水曜日は一部の部署で午後8時まで開庁時間を延長しています。