

6月の保健事業

問い合わせ／保健福祉総合センター(☎581・8500)

●乳幼児健康診査

種 別	月日(曜日)	受付時間	対 象	場 所	持参する物
1歳6カ月児健康診査	6月14日(木)	13:30～14:30	平成28年10、11月生	総合保健福祉センター	母子健康手帳、役場からの通知、お子さんの歯ブラシ、3歳児は尿の入ったビニール袋
3歳児健康診査	6月 7日(木)	13:30～14:00	平成26年12月生		

●すくすく相談(乳幼児健康相談)

月日(曜日)	受付時間	場 所	対 象	持参する物
6月1日(金)	9:30～10:30	保健福祉総合センター	乳幼児	母子健康手帳

●ひよこ教室(離乳食実習教室)

月日(曜日)	時 間	場 所	対 象	持参する物
6月6日(水)	13:30～15:30	総合保健福祉センター	3～5カ月児のお子さんと保護者(15組) ※事前にお申し込みください。	母子健康手帳、筆記用具、バスタオル、おぶいひも(必要に応じてミルク)

●健診結果相談会

月日(曜日)	受付時間	場 所	対 象	持参する物
6月11日(月)	13:30～13:45	保健福祉総合センター	平成29年度に健診を受けた方で結果相談会を利用していない方※事前にお申し込みください。	健診結果通知、健康手帳(お持ちの方)

●こころの健康相談

月日(曜日)	時 間	場 所	対 象
6月13日(水)	13:30～14:30	保健福祉総合センター	こころの健康について悩みをお持ちの方、その家族および関係者 ※事前にお申し込みください。

●結核検診

月日(曜日)	受付時間	場 所	対 象	持参する物
6月29日(金)	9:30～11:30 13:30～14:30	総合体育館・アタゴ記念館	町内在住の20歳以上の方	健康手帳(お持ちの方)

●女性がん(子宮頸がん・乳がん)集団検診

6月18日(月)～7月6日(金)の15日間実施します。詳細は本誌10頁をご覧ください。

●ふるさと健康体操(生活習慣病予防軽運動教室)

月日(曜日)	時 間	対象	場 所	内 容
6月1日、8日、15日、22日、29日※(各金曜日)	16:00～17:00	町内在住の方	保健福祉総合センター	運動不足解消、介護予防を目的とした軽体操です。運動しやすい服装でお越しください。
6月7日(木)	10:00～11:00		総合体育館・アタゴ記念館剣道場	

※1回目がふるさと健康体操、2回目以降が自主活動日となります。

スマイルポイント対象事業

ポイントカードを持参してください。

健康ひろば

Health is better than wealth

みんな健康! 元気・いきいき寄居町!

ワンポイント

アドバイス

歯周疾患検診を

受けましょう!

健康福祉課保健指導班

歯周病は20歳代で7割、30歳代以上で8割もの人がかかっているといわれています。歯周病は、歯だけでなく歯の周りの歯周組織を含めた病気で、歯肉の腫れや出血が起こり、歯を支えている骨(歯槽骨)が破壊され歯を失ってしまいます。

歯周病の原因は?

歯と歯肉の境目(歯周ポケット)で増殖する歯周病原性細菌が原因で、

〈咬合因子〉
咬合性外傷、ブラキシズム(歯ぎしり)

歯周病は口腔内だけの問題じゃない!?

○糖尿病の悪化

歯周病菌の繁殖によって発生する毒素が、インスリンの働きを阻害し

次の4つの原因因子があります。

〈細菌因子〉

歯の表面に付着している細菌の塊(バイオフィルム)、一般的には歯垢(プラーク)とよばれる

〈生活習慣因子〉

生活習慣、喫煙、ストレスなど

〈宿主因子〉

年齢、基礎疾患、遺伝因子、性別など

て糖尿病を悪化させます。

○呼吸器疾患の危険性

嚥下障害、飲み込みの障害)によって歯周病菌が気管に入り、肺炎の原因になります(誤嚥性肺炎)。

○妊娠期への影響

不規則な食事によって十分なオーラルケアが難しくなり、歯周病菌が増殖し早産や低体重児出産の危険性が高くなります。

予防と早期のケアが大切

STEP1 基本のブラッシング

歯の形は1本1本が丸みを帯びています。歯の面に合わせて、歯ブラシの先端や根本部分を使い分けてみることが効果的です。

STEP2 歯周病予防に効果的なブラッシング

催し event

歯科イベントを開催します!

毎

年6月4日～10日は「歯と口の健康週間」です。町では、歯科健康診査(乳幼児)や歯周疾患検診(成人)、ブラッシング指導、フッ化物塗布などを行う歯科イベントを開催します。ぜひご参加ください。

▶日時／5月27日(日)午前9時～正午

▶場所／保健福祉総合センター

▶内容

項 目	対象	定員	持参する物
成人歯科健康診査(歯周疾患検診)ブラッシング指導	20歳以上の方	100人	健康手帳(お持ちの方)
幼児歯科健康診査ブラッシング指導フッ化物塗布	2歳～就学前の6歳児	60人	母子健康手帳、洗濯バサミ2個、タオル1枚、手鏡、コップ、歯ブラシ、汚れてもいい服装

▶費用／無料

▶申し込み／5月9日(水)～25日(金)に、保健福祉総合センターへ。

▶その他／50歳到達者には、別途歯周疾患検診受診の勧奨通知を送付します。

☎保健福祉総合センター(☎581・8500)

お知らせ info

年金特報 一年金についての情報を毎月お届けー 今月は「国民年金の任意加入制度」

老

老齢基礎年金の満額(平成30年度は年額77万9,300円)は、20歳から60歳までの40年間の国民年金保険料を納めることで受給できます。次の要件に該当する方は、申し出により国民年金に任意加入して、保険料を納めることができます。また、受給額をさらに増やしたい方は、付加保険料を同時に申し込めます。

なお、老齢基礎年金を繰上げ受給している方、厚生年金・共済組合等に加入している方は任意加入できません。

申し込みできる方と加入目的

①日本国内に住所がある方(60歳から65歳になるまでの間)
○未加入期間や保険料未納期間等があるため、年金受給額を満額に近づけたい方
○年金加入期間が短く、年金を受け取るための必要な期間(受給資格期間)が満たない方(昭和40年4月1日以前に生まれた方に限り、70歳になる間で受給資格(10年)を満たすまで加入可)

②海外に居住する20歳以上65歳未満の日本国籍の方
※海外在住期間は国民年金の資格を失います。任意加入して保険料を納付することで、海外在住期間の死亡・病気やケガで障害が残っ

お知らせ info

ご協力ください! 道路上に張り出す草や樹木の枝の除去

こ

れからの季節、道路へ草や樹木の枝等が張り出して、通行に支障をきたしている場所が多く見受けられるようになります。町では、私有地から出ている草木は、土地や草木の所有者の責任で伐採などの対応をしていただくように依頼しています。

樹木は大きくなると伐採に多くの費用がかかります。また、折れた枝が人や車に損傷を与えるなどの事故が起こると、所有者の管理責任が問われる場合があります。普段から所有している草木の剪定や見回りをする事は、事故防止に有効だけでなく、悪天候の際の災害対策にもつながります。道路環境を良好に保つため、伐採等の継続的なご協力をお願いします。

▶作業する際は次の点にご注意ください。

- 電線や電話線がある箇所の作業は、危険を伴う可能性がありますので、事前に電力会社、または電話会社へ連絡してください。
- 通行車両、自転車および歩行者の安全確保と、樹木からの転落等の事故に十分ご注意ください。
- 伐採後の枝や草は、ルールに従って適切な処分をしてください。

☎建設課(☎581・2121内線231)

た場合の遺族基礎年金や障害基礎年金の支給要件に該当することがあります。

加入方法

▶加入月／申し出月が加入月(60歳になる日の前日から加入可)
▶必要書類／本人確認ができるもの、年金手帳、印鑑、預金通帳の届出印、マイナンバーが分かるもの
▶保険料納付方法／口座振替(原則)
▶申し込み先／住所地の市町村役場(海外居住中の方は年金事務所)

※代理の方の申請には委任状が必要です。

▶その他／年金事務所やねんきん定期便等で、ご自身の年金記録に漏れがないかご確認ください。

☎熊谷年金事務所(☎522・5012)

○町民課(☎581・2121内線111・112)

※問い合わせの際は、年金番号・住所・氏名・生年月日を確認させていただきます。