

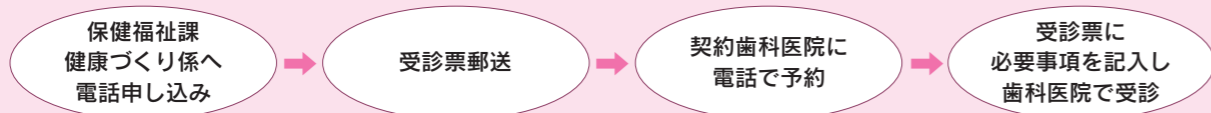
80歳になっても20本以上自分の歯を保とう!

— 8020(はちまるにいまる)運動推進のまち 多古町 —

自分の歯で噛むことは、健康長寿の第一歩です。歯が多く残るほど、食べ物がおいしく感じられ、虫歯や歯周病の予防、免疫力向上、脳の活性化など、体の状態が健康になるといったメリットがあるといわれています。また歯周病は、糖尿病をはじめ、全身の病気と関係があります。健康な歯を維持し、歯周病にならないために、この機会に歯周病検診を受けましょう! 町では毎年、対象の年齢の方に歯周病検診を実施しています。



- 対象者** 多古町に住所のある、35歳、40歳、50歳、60歳、70歳、80歳の方 (今年度該当する年齢に到達される方が対象)
- 実施方法** 契約歯科医院での歯科検診・歯周病検診・歯科指導
- 申込方法** 7月中旬に通知を送付しました。通知をご確認の上、電話でお申し込みください。



- 検診期間** 8月1日(月)～令和5年1月末
- 検診費用** 無料(自己負担はありません)
- 必要なもの** 歯周病検診受診票(お申し込み後に送付) 健康保険証もしくは身分証明書(本人・住所確認のため)
- 契約歯科医院**(香取匝瑳歯科医師会に加入している歯科医院) ※五十音順
 - ①いむら歯科クリニック(匝瑳市) ②渋谷歯科クリニック(匝瑳市) ③多古歯科クリニック
 - ④平山歯科医院

今年度、歯周病検診を受検された80歳の方の中で、20本以上自分の歯のある方に記念品を贈呈します。
対象者●昭和17年4月2日～昭和18年4月1日生まれの方
対象の方には、歯周病検診のお知らせを7月中旬に送付しました。

申込・お問合せ●保健福祉課健康づくり係 ☎76-3185

空き家バンクに登録してみませんか

町内の空き家の利活用を図るため、「多古町空き家バンク」を開設しています。

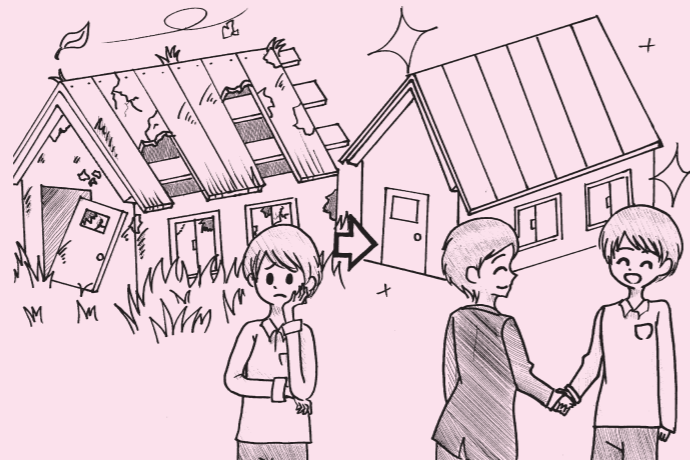
空き家は年数が経過すると、防災や防犯上の危険、景観や環境悪化を招く原因となります。

大切な資産を有効活用してみませんか。

空き家を「売りたい・貸したい」または「買いたい・借りたい」方は、ぜひ、ご登録ください。



詳しくはこちら



申込・お問合せ●企画政策課地方創生推進係 ☎76-5417

多古中央病院から



子どもの事故にご注意を!

文/多古中央病院 小児科 眞戸原晴香
(現・東京女子医科大学八千代医療センター)

今年の夏は、感染対策をしてお出かけをしようと考えている方も多いのではないのでしょうか。お出かけの際、注意が必要なことに「不慮の事故」があります。

日本における子どもの死因の上位には、交通事故や溺水などがあり、これらはほとんどが未然に防ぐことができる事故です。

【交通事故】チャイルドシートは「何歳まで使うの?」

2000年の道路交通法の改正により、6歳未満の子どもを自動車に乗せる場合はチャイルドシートの使用が「義務」付けられました。使用率の全国平均は約7割と、伸び悩んでいるのが現状です。

「嫌がつてくずつていけるし、家まであともう少しだから、抱っこでいいか…」は危険です! チャイルドシートが正しく使用されず、未使用時や抱っこ中の死亡事故が絶えません。少しの距離でも油断せず、必ず着用してから出発しましょう。

また、6歳のお誕生日を迎えたら大人用のシートベルトを使えば安全と思つていませんか? 自動車のシートベルトは身長140cmからと想定されており、体が小さいうちは適切に機能せず、むしろ被害を大きくすることがあります。小学1年生の平均身長はおよそ117cm、小学5年生では140cmであり、体格によってはチャイルドシート・ジュニアシートが必要となります。

妊娠中もシートベルトを正しく着用することにより、母体や胎児を守ることができます。

「溺水」子どもの水遊びにご用心!

子どもは溺れそうになると、本能的に体が硬直し、何が起きているのか理解できないまま、声も出さずに沈んでしまいます(「本能的溺水反応」といいます)。

川や海へ遊びに行くときには、お子さんに「ライフジャケット」を着用させましょう。必ずしも上手に泳ぐ必要はありません。ぜひ「水に浮く」ことを教えてあげてください。

また、溺水は夏場だけの事故ではありません。0～1歳では入浴中の溺水事故が最も多く、約7割は大人がほんの少し目を離した隙に発生しており、わずか10cmの水深でも事故が起きます。浮き輪を使用しても油断してはいけません。子どもは水遊びが大好きです。入浴後は浴槽の水を抜き、子どもだけで浴室に入れないようにロックをかけるなど、事故が起らない環境づくりを行い、水回りでは絶対に子どもから目を離さないようにしましょう。

事故に気を付け、楽しい夏をお過ごしください。



【病院便り】

多古中央病院の受付時間は午前11時30分までとなっております。それ以降は、医師も検査や手術などで対応できないこともあるため、受診前に、必ず確認の電話をお願いします。

中央病院 ☎(76)2211

地域で介護予防活動しませんか? 介護予防サポーター養成講座を開催します!

多古町では、住民の方が主体となつて行われる介護予防活動「地区サロン」があります。地域の集会所などを会場とし、介護予防体操やレクリエーションなどを行いながら、参加者同士でいきいきと楽しい時間を過ごしています。

地区サロンの担い手、自分自身の健康づくり、そして家族や知人へ介護予防の知識を伝える応援者として、あなたも「介護予防サポーター」として活動してみませんか?

この介護予防サポーター養成講座では、介護予防の基礎知識、高齢者の特徴を踏まえた安全で効果的な運動などを学びます。ぜひ、ご参加ください。

日にち●9月14日(水)・28日(水)、10月11日(火)・26日(水)、11月9日(水)

※5回で1コースの講座となります。すべての回にご参加ください。

時間●午前9時30分～11時30分

会場●保健福祉センター

申込み●受講をご希望の方は、8月31日(水)までに下記連絡先までお申し込みください。

講座の詳細は、後日郵送します。

お問合せ●地域包括支援センター ☎70-6111

