



まちのふれあい健康相談室

健康福祉センターだより

日野町健康福祉センター

〒689-4503

日野町根雨130番地1

電話 72-1852

肺がん・胃がん・大腸がん検診

受付時間▶胃がん検診【午前8時～午前9時】

肺がん・大腸がん検診【午前9時～午前10時】

実施日	会場	対象地区
6月15日(水)	山村開発センター	根雨1・2・5区、三谷1・2区、高尾、後谷、金持、板井原
6月20日(月)	山村開発センター	根雨3・4区、貝原、安原、下榎1・2区、下本郷
7月4日(月)	山村開発センター	根雨6区、濁谷、門谷、秋縄、三土、津地
7月5日(火)	山村開発センター	舟場、野田、上本郷、榎市、小原・別所
8月8日(月)	町公民館	中菅中央、近江、畑下・中・上上菅、井ノ原、諏訪、漆原、下福長
9月1日(木)	町公民館	黒坂3・4・5区、久住、小河内、布瀬谷
9月6日(火)	町公民館	黒坂1・2・6・7区、下黒坂、根妻、下菅、中菅
10月16日(日)	山村開発センター	補足日【予約が必要です。後日希望を取りまとめます。】

子宮がん・乳がん検診

受付時間▶午後1時30分～午後2時30分

※乳がん検診は1人15分程度かかります。

実施日	会場	対象地区
9月8日(木)	町公民館	黒坂5～7区、下菅、中菅、中菅中央、下・中・上上菅、井ノ原、諏訪、漆原、下福長
9月9日(金)	山村開発センター	後谷、金持、板井原、濁谷、門谷、秋縄、三土、上本郷、下本郷、野田、榎市、小原・別所
9月28日(水)	山村開発センター	舟場、津地、安原、下榎1区、下榎2区、根雨5区
9月29日(木)	山村開発センター	根雨1・2・6区
10月13日(木)	町公民館	下黒坂、根妻、近江、畑、小河内、布瀬谷、久住 黒坂1～4区
10月14日(金)	山村開発センター	根雨3・4区、貝原、高尾、三谷1・2区
11月13日(日)	山村開発センター	補足日【予約が必要です。後日希望を取りまとめます。】

声かけて、地域ぐるみでがん検診

▼年に一度はがん検診を受けましょう

今年度の検診日程は、次のとおりです。
 検診の対象者には後日、受診票を送りますので、
 検診を受ける際に必ず持参してください。

骨粗しょう症検診も受けましょう

骨粗しょう症は、「骨がスカスカになって、骨折しやすくなる」病気です。女性に多く、「50歳前後に急に骨量が減り、更年期を過ぎてから進行する」と言われています。定期的に骨量を検査して、早期発見に努めましょう。

対象者は40歳から70歳までの5歳刻みの女性です。申込みは日野病院(電話72・0351)までどうぞ。

6月はむし歯予防月間です



歯は食事を噛んで飲み込むこと、言葉をはっきり喋ること、脳を活性化することなど、たくさんの役割があります。子どものころから歯を大切にすることで、大人になってもおいしく食事ができ、健康な高齢者への第一歩となります。

日野町は以前、むし歯にかかる人の割合が高い町でした。そこで、町内の歯科医師や保護者、保育所、教育委員会、学校の協力を得て、フッ化物洗口の事業が始まりました。平成11年から保育所で始まり、今年で12年目を迎え、今ではすっかり定着してきています。平成20年から教育委員会の協力を得て、町内の小中学校でフッ化物洗口が始まりました。保育所で始めた子どもたちが小学生、中学生になっても続けています。その効果が現れ、むし歯にかかっている人の割合が減少し、生涯にわたる歯の健康づくりに役立っています。

むし歯予防の注意点

■しっかり歯を磨こう！

- ・歯の生え始めた乳幼児のころから、歯を大切にしましょう。
- ・自分で磨く順番を決めておくと、磨き残しなくきれいに磨けます。
- ・小学2年生までは永久歯の生え変わりがあるため、大人が仕上げ磨きをしっかりとしましょう。

■食生活を見直そう！

- ・だらだら食べることで、口の中に常にむし歯菌が繁殖することになります。
- ・食事はもちろん、おやつやジュースの時間や量を決めましょう。

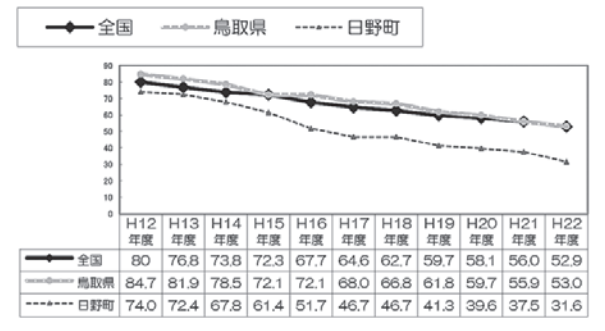
■フッ素を活用しよう！

- ・フッ素は歯のエナメル質を丈夫にし、むし歯に負けない歯を作ります。

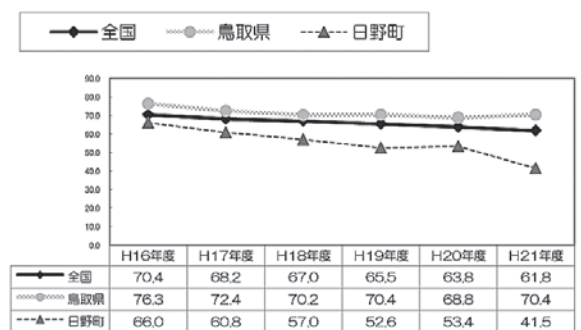
■歯の定期受診をしよう！

- ・普段からかかりつけの歯医者を決めておき、定期的に歯の状態を見てもらいましょう。

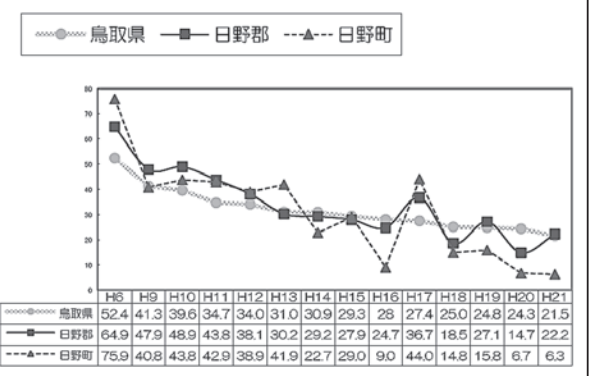
むし歯にかかる人の割合（中学校）



むし歯にかかる人の割合（小学校）



むし歯にかかる人の割合（3歳児）



むし歯にかかる人の割合（1歳6か月児）

