

内容	とき	対象	備考
「健康の道」ウォーキング体験	4月15日(水) 集合時間:午前9時15分 豊場名所めぐり外周コース(約4km)	住民の方	集合場所:保健センター ※当日は運動しやすい服装・運動靴でお越しください※当日は水分補給の準備をしてお越しください
成人健康相談	4月22日(水) 午後1時30分～午後2時30分	住民の方	保健センターに直接お越しください。
こころの健康相談	4月17日(金) 午前10時～正午	住民の方	事前に保健センターに予約してください。
個別検診(◎)			
子宮がん検診	平成28年3月31日(木)まで	20歳以上の女性※体部検査は医師が必要と認めた方のみ	保険証・印鑑を持参して指定医療機関で検診を受けてください。※30～40歳の方はHPV(ヒトパピローマウイルス)検査も同時に無料で受けることができます。 【検診料】頸部1,300円 体部800円 【指定医療機関】小林産婦人科、師勝産婦人科、Nキッズレディースクリニック※Nキッズレディースクリニックは4月18日(土)、4月25日(土)の午前10時～午前11時30分のみの実施です。(予約必要)
骨粗しょう症検診	平成28年3月31日(木)まで	30歳以上の女性	保険証・印鑑を持参して指定医療機関で検診を受けてください(予約不要)。 【検診料】400円 【指定医療機関】N.キッズレディースクリニック
◎個別検診 ※対象年齢は平成27年4月1日現在の年齢です。70歳以上の方は検診料が無料です。 ※町障害者医療受給者、住民税非課税の方は検診料が無料です。対象の方で個別検診を受ける場合は事前に保健センターにお越しください。			
風疹予防接種	指定医療機関で予約してください。	妊娠を予定または希望している女性およびその夫	指定医療機関 杉山医院・N.キッズレディースクリニック・とよ山内科クリニック・わかばファミリークリニックおよび北名古屋市、清須市の指定医療機関

地域包括支援センター

健康ほっとサロン(老人健康相談)	4月14日(火)、22日(水) 午後2時～午後3時 4月15日(水) 午後1時30分～午後2時30分	60歳以上の方	総合福祉センター南館ひまわりで行います。 総合福祉センターしいの木で行います。
認知症介護者のつどい	4月23日(木) 午後1時30分～午後3時	初期の認知症の方を介護しているご家族	事前に地域包括支援センターに予約してください。
高齢者肺炎球菌予防接種	平成28年3月31日(木)まで	平成27年3月末に64歳、69歳、74歳、79歳、84歳、89歳、94歳、99歳の方※既に肺炎球菌ワクチンを受けたことがある方は対象外です。※対象の方には4月中に予防票を送付します。	【接種方法】 指定医療機関に予約して接種してください。※75歳以上の方には別に助成制度があります。保健センターまでお問い合わせください。

歯周病を有する人の割合は年齢とともに増加し、四十歳代では三人に一人、六十五歳以上では二人に一人が歯周病を有しています。

歯周病の症状

- ・朝起きたときに口の中がネバネバする。
- ・歯みがきのときに出血する。
- ・硬い物が噛みにくい。
- ・口臭が気になる。
- ・歯肉が腫れることがある。
- ・歯と歯の間に隙間がある。
- ・歯がグラグラする。

歯を失う八十%以上の原因は虫歯と歯周病です。特に歯周病は、痛みなどの自覚症状がほとんどないため、気付いた時にはすでに歯を保てない状態といふことも少なくありません。表のチェック項目に当てはまる方は歯周病のリスクが高いた

め、早めに歯科医院を受診しましょう。また、歯みがきだけでは落としきれない汚れを定期的に歯科医院できれいにしたり、歯間ブラシやデンタルフロスなどの補助器具を使ってセルフケアを行うことも歯の健康を保つために必要です。定期的に歯科健診を受けるなど、自分の歯に関心を持ち歯の健康を保ちましょう。

自分の歯に関心をもち歯周病を予防しましょう