

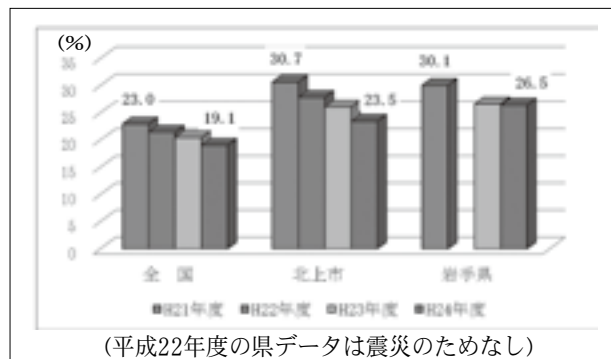


## こうくう 口腔の健康のために気を付けたいこと

市は、市民の口腔の健康のためにさまざまな取り組みを行っています。今回は、お子さん、妊婦、成人について口腔の健康のためのアドバイスを紹介します。

### お子さんのむし歯予防について

右のグラフは、「3歳6か月児健康診査」の結果を基に、全国・北上市・岩手県のむし歯のある子どもの割合を示したものです。平成21年度～24年度にかけて、当市のむし歯の子の割合は減ってきているものの、全国平均と比較するとまだまだ多い状況にあることが分かります。



### お子さんのむし歯を防ぐためには

おやつとむし歯は深い関係にあり、特に、甘味おやつやジュース(野菜ジュースを含む)を頻繁に取ることは、むし歯になりかねません。保護者はお子さんへのおやつとの与え方をこの機会に見直しましょう。また、お子さんが歯みがきした後、保護者がもう一度仕上げみがきをすることは大変重要です。小学3年生くらいまでは毎日続けたほうが良いでしょう。



### 妊婦の皆さんへ～妊婦歯科検診のススメ～

妊婦の皆さんについては、妊婦歯科検診の受診をお勧めします。口腔の疾患などの診査の他に、歯のクリーニングも受けることができます。むし歯菌は、お母さんから子どもに広がると言われています。妊娠中から、お口の中を健康に保ち、生まれてくる赤ちゃんをむし歯にしないようにしましょう。妊婦歯科検診票は母子手帳交付時に発行しています。

### 成人の皆さんへ～定期歯科検診のススメ～

平成25年5月から11月まで40歳の人を対象に成人歯科検診を実施しましたが、1,483人の対象者のうち、受診者は15.4%と少ない状況でした。40代から歯周病の症状が悪化すると言われており、20代においても約8割の人に歯周病の症状が見られます。むし歯や歯周病を早期に治療や予防するため、定期歯科検診を受けることをお勧めします。

#### 成人歯科検診の目的

- ①自分の口の中を知る
- ②むし歯や歯周病を早期に予防する
- ③定期歯科検診の継続につなげる

▶問い合わせ…健康係 ☎72-8295

## 妊婦健診を受けましょう!!

妊娠中は普段よりいっそう健康に気を配らなければなりません。妊婦健康診査を定期的に受診し、医師や助産師など専門家のアドバイスを受けて、積極的に健康管理に取り組みましょう。

市は、妊娠の届け出をした週数によって、最大14枚まで妊婦一般健康診査票を交付しています。

#### ●標準的な健診●

- 妊娠初期～23週……………4週間に1回
- 妊娠24週～35週……………2週間に1回
- 妊娠36週～出産まで…1週間に1回



## 県外での出産を希望する人は…

北上市が発行した健診票は使用できません。健診を受けた医療機関に一旦料金を支払い、後から助成金申請の手続きをしてください。

- 申請場所  
健康管理センター、江釣子保健センター
- 申請期限  
母子手帳交付日から1年以内
- 必要なもの  
申請書、未使用の健康診査票、健診の領収書の写し(明細の分かるもの)、母子健康手帳(健診結果記入欄の写し)、申請者名義の通帳、印鑑

▶問い合わせ…母子保健係 ☎72-8297

**休日当番医(9:00~17:00)**

とき	内科系	外科系
3/30 (日)	中島医院 中野町3-2-8 65-6151	前田皮膚科医院 新穀町2-1-17 64-0770
4/6 (日)	かさい睡眠呼吸器クリニック 堤ヶ丘1-9-32 61-6590	さやかクリニック 飯豊20-123-1 72-7228
4/13 (日)	北上駅前さいとう心療内科医院 大通り1-3-1 4F 61-4820	大内眼科クリニック 柳原町4-17-39 64-0100
4/20 (日)	柴田医院 新穀町1-6-10 61-5130	たま江釣子クリニック 上江釣子16-129-1 77-5656
4/27 (日)	芳野内科医院 本通り1-3-22 65-1811	わたなべ脳神経外科クリニック 町分18-96-1 65-5777
4/29 (火)	とどり小児科医院 大通り4-3-5 64-1603	きたかみ腎クリニック 柳原町4-15-9 61-5700

**休日当番薬局(9:00~17:00)**

とき	薬局	薬局
3/30 (日)	中央調剤薬局県立中部病院前支店 村崎野17-22-1 68-4976	かたくり薬局 大通り4-3-1 61-3351
4/6 (日)	あい薬局堤ヶ丘店 堤ヶ丘1-9-8 61-0188	リリイ薬局北上店 飯豊20-123-1 72-6691
	中央調剤薬局県立中部病院前支店 村崎野17-22-1 68-4976	
4/13 (日)	フロンティア薬局北上店 村崎野17-171 66-7121	おおぞら薬局 柳原町4-15-29 65-2202
4/20 (日)	中央調剤薬局県立中部病院前支店 村崎野17-22-1 68-4976	かたくり薬局 大通り4-3-1 61-3351
4/27 (日)	かえで薬局 本通り1-5-4 65-3361	銀河薬局北上店 町分18-88-1 72-6388
	さくら薬局北上村崎野店 村崎野17-170-2 81-4545	
4/29 (火)	かたくり薬局 大通り4-3-1 61-3351	まちぶん調剤薬局 柳原町4-15-8 65-7810
	フロンティア薬局北上店 村崎野17-171 66-7121	

**日曜日当番整骨院(9:00~17:00)**

とき	施術所	とき	施術所
3/30 (日)	うえのまち整骨院 上野町3-3-2 61-4221	4/20 (日)	佐藤整骨院 大通り1-6-8 63-3725
4/6 (日)	斎藤整骨院 大曲町8-27 65-4531	4/27 (日)	大和接骨院 常盤台1-20-1 63-8611
4/13 (日)	大河原整骨院 本通り3-1-26 65-0104		

**休日当番歯科(9:00~12:00)**

とき	歯科	とき	歯科
4/20 (日)	佐藤さとし歯科医院 下江釣子11-60-4 73-5850	4/29 (火)	菅原歯科医院 上野町2-12-14 64-3455

※休日当番医などは変更になることがあります。あらかじめ電話で確認の上、保険証をお持ちください。

※3週目以外の日曜日には開院している歯科があります。



**がん検診を受けましょう!!**



平成26年度のがん検診が4月から始まります。検診の日程は、この広報紙と一緒に全戸配布する「平成26年度成人検診のお知らせ」をご覧ください。

検診受診通知書は、あらかじめ市の検診を希望している人に送付していますが、新たに検診を希望する人や、過去に「通知不要」と申し出た人で再度市の検診を希望する人は、健康係まで連絡してください。一度申し込みただければ、次回以降はその都度申し込まなくても通知書を送付します。

なお、検診の種類と対象となる人は以下のとおりです。

検診名	対象者	検診料金(年齢は平成26年度末年齢)	
		70歳未満	70歳以上、後期高齢者医療制度加入者
胃がん検診	35歳以上の市民	1,400円	500円
大腸がん検診	35歳以上の市民	600円	200円
乳がん検診	40歳以上の女性	1,900円(40歳代) 1,300円(50歳以上)	400円
子宮頸がん検診	20歳以上の女性	1,300円	400円
肺がん検診	40歳以上の市民	500円	200円
前立腺がん検診	50歳以上の男性	500円	200円

※乳がん・子宮頸がん検診は隔年実施で、26年度は和暦で偶数(平成は奇数)年生まれの人が対象です。

▶受診申し込み・問い合わせ…健康係 ☎72-8295