菌が検出されています。 生じた粥状硬化から歯周病 際にもけい動脈や冠動脈に すためといわれており、実 そこで粥状硬化を引き起こ

さらに7倍にもなります。 すが、歯周病がある場合は

早産の危険性は3倍で

◆歯周病と骨粗鬆症

◆歯周病と糖尿病

糖尿病の方は、

免疫機能が低下しているた

折の危険性が増した状態を

きるレベル以下に低下し骨

骨密度が、骨格を維持で

め歯周病を悪化させるとい

われています。また、歯周

40歳前にはピーク値に達し 骨量は、男女ともだいたい

◆歯周病と口腔乾燥症

30歳以上の方に

対象は30歳以上(昭和49年

できません。①妊娠中および 集団検診を受診した方。 疾患で治療中の方、③春期胃 妊娠の疑いのある方、②胃腸 の方。ただし、次の方は受診 4月1日以前生まれ)の市民 また、平成15年4月1日~

り。時間はいずれも午前8時 対象となりますので、そちら 方は「特別精密健康診査」の 平成16年3月31日に、40歳・ ~11時。新川中原CC…10 ◆会場・日程 下記のとお での受診をお勧めします。 50歳・60歳の誕生日を迎える 井口CC…10/22份

ターの略。 (水・31金・11/1生) ▼9月5日儉(消印有効)ま

C…10/24〜、総合保健セン ター…10/27月・28火・29 大沢CC…10/23宋、牟礼C ※CCはコミュニティセン

と第二希望日(および会場名) 日・年齢・性別・電話番号、 望」、②住所・氏名・生年月 も可)。定員個人(定員を超え 川6-35-28三鷹市総合保健 を記入し「〒81-0004新 ③第一希望日(および会場名) でに、はがきに①「胃検診希 た場合は抽選。希望日集中の センター」へ申し込む(窓口

希望日以外の日に変

寮を。対象は40歳~64歳

民の方。

39年3月31日生まれ)

の市

体など。

視力、外眼部、眼圧、 療機関で。検診内容は血圧、

透光

181-0004新川6-35-受診の有無を記入し、「IT

28三鷹市総合保健センタ

り分けます)、市内協力医

募状況により受診時期を振

番号・⑥過去の

鷹武蔵野

健所

乳幼児の健康相談

▼前期=10月17日金~11月

までに、はがきに①「眼科

合は抽選)。

⇒総合保健センターるの

定員60人(定員を超えた場 - 」へ申し込む(窓口も可)。

▽9月5日儉(消印有効)

検診希望」・②住所・③氏

15日出、後期=平成16年1

(昭和14年4月1日~昭和

月15日宋~2月14日出(応

名・④生年月日(年齢)・

たします。また妊娠されて

超えた場合は抽選)。

後期(12月1日~3月10日

※10~3月生まれの方は

を予定)の対象になります。

くわしくは、10月発行の

「広報みたか」、三鷹市ホー

送にて通知。抽選の結果に関 して電話でのお問い合わせに ※初日の2週間前ごろに郵

の受診で早期発見・早期治 が多い現代生活。年に1度 何かと目を酷使すること

40~64歳の方対象

眼

検

はお答えできませんので、 **了承ください。**

⇒総合保健センター四46

X線と超音波による

検査法を導入

機関が限られ、検診時間が 変更により、検診協力医療 査法を導入した検診を実施 診のみの検診に加え、新検 り高めるために従来の視触 します。 従来の検診方法の 今年度より、 発見率をよ 期間を誕生日 受け付けます。

延長されることから、受診 30歳以上(平成15年9月30 日現在)の女性市民 ◆対象 4~9月生まれの

て、前期・後期に分けて実 今回は前期の申し込みを (月) によっ

には、いかに若年時に豊富 と呼ばれています。したが 「カルシウム消耗の年代」 にカルシウムを摂取し、骨 って、中高年における骨粗 ます。40歳代以降の年代は 鬆症の発症を予防するため 著しい減少に関する症状名 低下や安静時の唾液分泌の るものであり、唾液腺機能 **症あるいはそれに関連する** です。歯周病を持つ方のお はお口の中の乾燥感を呈す よそ4人に1人が口腔乾燥

勧められている、体重を減ら

限のある方は除く)。

運動をされている方、

健康のため医師から運動を

エクササイズ教室

方のための教室です。

はじめの一歩」

したい、体力をつけたいなど

運動の必要を感じているけれ

ど、どう始めたらよいか分か

役割をしています。また、 骨などの破壊を容易にする なってきます。骨粗鬆症は め、歯周病を進行させると 性ホルモンであるエストロ 閉経後の女性において、女 緩めるかという事が重要に いう事とその低下の速度を ゲンの欠乏が骨形成力を弱 歯周病における歯肉や顎の 一腔乾燥症は、自覚的に の指導を受けて快適な毎日 けの歯科医師をお持ちにな などを引き起こし、歯周病 利尿剤など)の長期服用な 原病(シェーグレン症候群) す。原因としては、加齢に 40%が口腔乾燥症を訴えて を悪化させます。かかりつ 自浄作用や抗菌作用の低下 口腔乾燥症は、唾液による どが原因と考えられます。 薬、精神安定剤、降圧剤、 糖尿病、喫煙、 薬(向精神 精神的なストレスの持続、 ともなう唾液腺の萎縮、膠 いるという報告がありま

> ◆受診期間 9月10日%~

による個別検診(完全予約 ①X線撮影によるマンモグ ◆内容 市内協力医療機関

予約をする(検査方法によ 一)のいずれかの検査方法 れます)。50歳以上あるい ンモグラフィーをお勧めい は、閉経期以降の方にはマ って受診医療機関が指定さ を選び、各医療機関に直接

ラフィー、②超音波(エコ

超音波(エコー)をお勧め る方、50歳未満の方には、 いる方、妊娠の可能性のあ

も可)。定員99人(定員を ▼8月8日儉(消印有効) 一」へ申し込む(窓口直接 28三鷹市総合保健センタ 齢・電話番号を記入し「〒 所・氏名・生年月日・年 までに、はがきに「乳がん 検診希望」と明記の上、住 -0004新川6-35-

ます。別途お申し込みくだ 8月下旬ごろにお知らせし ムページなどでお知らせし 3254 ※子宮がん検診の詳細は

⇒総合保健センター 646

のがつらいなどでお悩みの 閉じこもりがち、人と接する ない、何もしたくない、家に ● 日月・19日公・25日月。眠れ ● 一般精神保健相談=8月18

▽8月13日~11月26日の毎月 以下の市民の方(週1回以上 第2・第4木曜日午前10時~ 止午(全8回)、第二体育館で。 対象は運動習慣のない70歳 、運動制 のいずれか、午後2時~3時 をお断りすることがありま る事前説明会に出席すること 中。先着30人。 (健康状態などを伺い、参加 に総合保健センターで開催す 254で申し込み受け付け ※8月22日織・9月2日火

送付します 医療費のお知らせ」を 国民健康保険

療費の総額(10割分)、医療 5月に受診した方の名前、 6月に市が接骨院から請求を す。接骨院については、今年 養費の全額を記載していま どからの請求に基づき、今年 りします。 これは医療機関な 機関などの名称および食事療 医療費のお知らせ」をお送 に加入している世帯主あてに 8月26日火に国民健康保険 医

は口腔内の炎症が血流を介 険性も高くなります。それ なるほど心臓血管疾患の危

して心臓血管系に作用し、

今回は歯周病と全身疾患の

場合、炎症が子宮内の胎児

量にピーク値を高めるかと

症状を示し、高齢者では約

◆歯周病と心臓血管疾患

を早産する確率が高くなり

飲酒をする母親の場

歯周病と

全身疾患との

関 連 歯周病の程度が、重症に

も多くの影響を及ぼしてい

した。しかし、近年全身的に てだけ取り上げられてきま

果として起きます。

ルコース代謝を障害する結

◆歯周病と低体重児と早産

妊婦の方が重い歯周病の

といった口腔内の問題とし 原因や食物が噛めなくなる

歯周病は、従来歯を失う

腔内の炎症が、全身に波及

し肝臓にストレスを与えグ

摘されています。これは口

る事がわかってきました。

20000

生活習慣の改善をノ 受講者大募集

有(4カ月間)

を学びます。データは個人を 常生活での活動量増加のコツ 業。郵送によるやりとりで日 市と早稲田大学の共催事

イズ教室」不参加者)。原則 いない方(平成15年度「フォ 大歓迎)で、日常生活で週2 在勤の市民(夫婦での参加も として9月20日出の事前説明 ローアップ教室」、「エクササ 会、12月13日出の修了式に参 回1日30分以上の運動をして ◆対象者 65歳以下の在住、

へ電話または直接申し込む。 8月の環境・食品衛生出張窓口

- 所
- ◆業務内容
- 届などの受付 ③環境衛生関係営業許可の申請および
- 変更届などの受付 ④受水タンクをもつ水道水、井戸水 プール水の水質検査容器の無料配付 (検査の受付は別途保健所で行いま
- 三鷹武蔵野保健所生活衛生課

総合保健センター別館

- ②食品関係営業許可の申請および変更
- す。飲用適否の検査料金は13,700円。
- **2**54—2161

※次回は9月25日休です。

らない、続けられないという ▼総合保健センター☎46-3

どを取る必要はありません)。 送りするものです(手続きな 受けたものが対象です。 深めていただく参考としてお このお知らせは、健康や医 ⇒保険課国保給付係☎内線 保健事業について認識を

◆実施期間 9月下旬~12月 保健センター84-3254 ▼8月4日月~29日金に総合

8月28日(水)午後1時~4時

①環境・食品衛生の相談受付

プール水は項目別料金)

特定しない形で同大学にも提

す。

うにすればよいかなどを話し るため、本人や家族がどのよ などを克服し、生活を改善す 保健所保健サービス課金54 いずれも事前に三鷹武蔵野

◇受付専用電話

◇受付時間 平日午後5時30

よる相談をお受けします。

いて、保健師が夜間に電話に

月26日巛。アルコール依存症 **◆アルコールクリニック**=8

が相談に応じています。 さい。相談日以外でも保健師 みの際必ず場所をご確認くだ ことがありますので、申し込 心に関する悩みや問題につ 電話相談のご案内 |夜間精神保健 が武蔵野・三鷹と分かれる

間は午後2時~4時、相談場 2161へ申し込む。

思春期は著しい身体の変化と ◆思春期相談=8月20日份。

代です。思春期~青年期の心

どもに心も大きく揺れ動く年

の悩みや家族問題についてお

3254

46

総合保健センターな

り、要確認)。

みします。

相談を行います。

専門医と保健師による個別

精神保健相談

※8月19日火はお休

◇受付時間…午前9時~午後

当係まで。

しくは三鷹武蔵野保健所各担

請受付を行っています。 くわ 医療費助成申請などの各種申

(祝日などによる変更あ 日午前9時15分~10時受 総合保健センターで

分~2時受付、第3火曜 ▽第1水曜日午後1時15

歳未満

合は第2土曜)に、健康相談、

毎月、第1土曜(祝日の場

◆対象 般についての不安や悩み などにおこたえします。 生後〇カ月~4

児や栄養、歯、子育て全 保健師、助産師、栄養 歯科衛生士などが育

土曜日サービスの

ご案内