

歯周病を予防しましょう!



《歯周病とは?》

歯周病原菌の感染によって、歯を支えている組織が炎症を起こし、少しずつ壊されていく病気で、歯を失う大きな原因となっています。

《平成23年度津市歯周病検診の結果より》

要指導または要精密検査と判定された人の割合は
40歳→94.0%、50歳→96.6% でした。

★検診を受診した人のうち、9割以上の人の歯ぐきに何らかの症状がありました。歯ぐきから血が出る、歯ぐきがむずがゆい、口臭が気になるなどの症状はありませんか。

《歯周病予防のために》

●健康な歯ぐきを保つために、丁寧な歯磨きをしましょう。

- 禁煙しましょう。
 - 食事はしっかりかむようにしましょう。
 - 定期的に歯の検査を受けましょう。
- ★歯周病は大人だけでなく、子どもでも起こる病気です。子どもの頃から歯を大切にし、「8020」(80歳まで自分の歯を20本以上保つこと)を目指しましょう。

《歯周病検診について》

津市では、40歳・50歳・60歳(平成25年3月31日時点)の人を対象に歯周病検診を実施しています。実施期間は、8月～11月で、市内の歯周病検診協力医療機関で受けることができます。対象の人には、受診券を送付しましたので、詳しくは同封のチラシをご覧ください。

がん検診・39歳以下の健康診査が始まっています!

「忙しくて受診する時間がない」「去年も受けたし、いいかな…」「健康だから受診しなくても大丈夫…」と検診を受けていないあなた、年に1度の健康チェックを受けて健康管理に生かしましょう!

検診実施期間の終わりごろは混み合いますので、早めの受診をお勧めします。

津市がん検診実施期間

- 個別検診(市内の検診協力医療機関)
…11月30日まで
- ※乳がん検診、子宮がん検診は12月28日まで
- 集団検診(施設検診・地域巡回検診)
…来年2月まで

9月10日は 「世界自殺予防デー」

9月10日～16日は
自殺予防週間
～かけがえのない命をみんなで守ろう～

あなたとあなたの大切な人の、心と体を見つめてみましょう。

自殺を考えている人の多くは、悩みを抱え込みながらも「SOS」のサインを出しています。

自殺を防ぐために「SOS」のサインを周囲が気に掛け、手を差し伸べたり、必要な専門家や相談機関へつなげたり、見守ったりすることが大切です。

あなたも「気に掛ける」「つなげる」「見守る」、かけがえのない命を守るために今日から始めましょう。



津市救急・健康相談ダイヤル24 のご案内

津市では、市民の皆さんが、心や身体の健康などについて気軽に相談できるよう、医師・看護師・保健師などの専門スタッフによる24時間体制の電話相談を行っています。医療・健康に関することや、育児・介護・メンタルヘルスなどの相談を受け付けます。

また、休日・夜間の応急診療所など医療機関のご案内も行います。

24時間年中無休、通話料・相談料無料ですので、気軽にご相談ください。

※非通知設定の電話からは相談を受けることができませんので、ご注意ください。

※対象は市民限定です。住所・年齢などをお伺いする場合があります。

津市救急・健康相談ダイヤル24



0120-840-299