

子宮頸がん予防接種

子宮頸がんを予防するため、市では、次の人を対象として平成24年度子宮頸がん予防ワクチン接種の全額助成を実施しています。

◆対象者 (次のいずれも満たす人)

- ・接種日に市内に住所を有する人
- ・中学校1年生〜高校1年生相当の女子 (平成8年4月2日〜平成12年4月1日生まれ)

◆実施時期 平成25年3月31日まで

◆回数と接種間隔

- ・3回 (同じワクチンを接種する)
- ・初回から1カ月後または2カ月後に2回目、6カ月後に3回目を接種する

◆実施場所 市内指定医療機関 (接種回数などの管理のため3回とも同じ医療機関で接種する)

◆持参品 住所、氏名、生年月日が確認できるもの (2回目以降接種カードを持参すること)

◆接種費用 無料

麻疹・風しんの予防接種

今年度、各地で「麻疹・風しん」が発生しています。まだ、接種が済んでいない人は、早めに受ける

ようにしましょう。

◆対象者

- ・第1期…1歳〜2歳未満の人
- ・第2期…平成18年4月2日〜平成19年4月1日生まれの人
- ・第3期…平成11年4月2日〜平成12年4月1日生まれの人
- ・第4期…平成6年4月2日〜平成7年4月1日生まれの人

◆接種期間と回数

- ・第1期…2歳の誕生日の前日まで1回
- ・第2〜4期…平成25年3月31日までに1回

◆実施医療機関 県内予防接種実施医療機関 (かかりつけの病院へ事前に予約すること)

◆費用 接種期間中は無料

◆持参品 母子手帳、予診票

二種混合の予防接種

二種混合 (ジフテリア・破傷風混合) 第2期は、幼児期に接種した三種混合の免疫を高めるために受ける予防接種です。まだ接種が済んでいない人は早めに受けるようにしましょう。

◆対象者 11歳以上13歳未満の人

◆接種期間 13歳の誕生日の前々日まで

◆接種回数 1回

◆実施医療機関 県内予防接種実施医療機関 (かかりつけの病院へ事前に予約すること)

◆費用 接種期間中は無料

◆持参品 母子手帳、予診票

特定の血液製剤により肝炎ウイルスに感染した人へ

出産や手術における大量出血などの際に、特定の血液製剤の投与により、C型肝炎ウイルスに感染した人に給付金を支給する制度があり、給付金の請求期限が平成30年1月15日までに延長されました。詳しくは、医薬品医療機器総合機構 (☎0120-178014)

- ◆とき 1月15日(火)・29日(火)、2月15日(金)・26日(火)、3月7日(木)・21日(木) 13時30分〜15時
- ◆ところ 豊丘公民館
- ◆対象者 40歳〜74歳の市民
- ◆募集人数 20人 (先着順)
- ◆申込方法 市保健センターへ電話で申し込んでください

生活習慣病予防講座

楽しく動いておいしく食べて「わっかわっか島原」

健康で若さを保つための食生活の秘訣や美しいスタイルを保つべりーダンス体験など、楽しく健康づくりを学べる講座です。

() へ問い合わせてください。

特定健康診査を2月末まで延長します

40歳から74歳までの国民健康保険加入者を対象とした特定健康診査および75歳以上の後期高齢者を対象とした健康診査の実施期間を平成25年2月28日まで延長します。

- ◆対象者 平成24年度の特定健診または健康診査を受けていない人
 - ◆受診期限 平成25年2月28日(木)まで
 - ◆受診医療機関 市内の特定健診実施医療機関
 - ◆持参品 受診券、国民健康保険証または後期高齢者医療保険証、介護保険証 (持っている人のみ)
- ※現在の受診券の有効期間は11月30日までとなっていますが、平成25年2月28日までそのまま利用できます
※未受診の人には職員が電話や訪問しておすすめしています

当番医	診療時間	午前9時～午後6時
当番歯科医	診療時間	午前9時～正午
日	医療機関	電話番号
2日(日)	八尾病院	城内一丁目 62-5131
	酒井外科胃腸科医院	宮の町 62-6655
	本田医院	雲仙市国見町 78-2768
	高城歯科クリニック	先魁町 64-6480
9日(日)	林内科医院	津町 62-6657
	稲田整形外科医院	片町 62-6355
	佐藤医院	雲仙市国見町 78-5555
16日(日)	喜多歯科医院	中町 62-4745
	内田医院	白山町 62-7733
	いとう整形外科	広馬場町 61-0110
	太田整形外科	雲仙市国見町 78-5413
23日(日)	吉田歯科医院	上の町 62-5026
	たかお循環器科・内科	加美町 62-6300
	稲田整形外科医院	片町 62-6355
	松本内科医院	雲仙市国見町 65-3333
24日(月)	まき歯科	上新丁一丁目 64-5077
	柴田長庚堂病院	中堀町 64-1111
	宮田小児科医院	上の原二丁目 62-5045
	山口外科胃腸科医院	大手原町 62-3200
	前田内科胃腸科医院	雲仙市瑞穂町 77-3089
30日(日)	はらぐち歯科医院	上の町 62-4361
	貴田病院	有明町大三東 68-0040
	西村クリニック	下川尻町 62-0888
	よこた医院	雲仙市瑞穂町 77-2000
31日(月)	宮崎歯科医院	萩原二丁目 62-1180
	内田医院	白山町 62-7733
1月1日(火)	いなだ歯科	加美町 62-2901
	くすのきクリニック	有明町大三東 68-5500
1月2日(水)	稲田整形外科医院	片町 62-6355
	愛野記念病院	雲仙市愛野町 36-0015
	山口歯科医院	新町一丁目 62-3016
	たかお循環器科・内科	加美町 62-6300
1月3日(木)	山口外科胃腸科医院	大手原町 62-3200
	愛野記念病院	雲仙市愛野町 36-0015
	寺田歯科診療所	新町二丁目 62-4427
	林内科医院	津町 62-6657
1月3日(木)	酒井外科胃腸科医院	宮の町 62-6655
	愛野記念病院	雲仙市愛野町 36-0015
	みやざき歯科	湖南町 62-7300

※都合により変更となる場合があります

小児の日曜診療所 ☎63-0202 (受付時間のみ)

※必ず電話受付後、来院をお願いします

- 対象者 中学生以下の小児(内科疾患のみ)
- 診療場所 長崎県島原病院小児科外来室
- 診療時間 土曜日の18:00～日曜日の17:00
- 受付時間 土曜日の17:30～日曜日の16:30

健康テレホンサービス

TEL 0120-555-203
TEL 095-826-5511

12月	月	肺塞栓症一急に胸が苦しくなる
	火	人に聞けない痔の病気
	水	子どもの喘息
	木	白内障の手術時期
	金	顔の腫れ一歯科の立場から
	土・日	月経前緊張症

健康UP大作戦

健康しまばら21

今月のテーマ 子どもをむし歯から守りましょう!!

子どもの歯の形成は妊娠期から
乳歯は妊娠7週ごろから形成が開始され、4カ月ごろから硬い組織になり始めます。妊娠中の栄養は、赤ちゃんの全身の発育とともに歯の発育にも関わりますので栄養バランスのとれた食事をするようにしましょう。

また、妊娠中は体内のホルモンの変化もあり、妊婦にむし歯や歯周疾患が起こりやすくなります。妊婦の歯周疾患は、早産・低体重児出産のリスクになると言われており、低体重児では乳歯の形成不全がみられやすくなります。

むし歯の原因
むし歯は、ミュータンス菌と

いうむし歯菌(細菌)とむし歯菌の工サとなる糖類(食物)、歯質の弱さ、むし歯環境におかされた時間の4因子が重なり合っ てむし歯になります。

生まれたばかりの赤ちゃんの口の中には、むし歯菌はおらず、むし歯菌がいる親などから、スプーンの共有や口移しで食物を与えることなどでむし歯菌に感染します。



イメージ図

むし歯を予防するために
○歯科健診を受けましょう
子どものむし歯を予防するためには、まず、親がむし歯や歯周疾患がない状態をつくること が大切です。定期的に歯科健診を受け、妊娠中の治療は歯科医師に相談してみましょう。

○仕上げ磨きをしましょう
子どもの歯が生えてきたら、食後には湿らせたガーゼで食後に歯を拭いたり、親が仕上げ磨きをしてあげましょう。また、小学校3年生くらいまでは、自分で歯磨きができていても、十分に歯磨きができていないことが多い ため、十分に仕上げ磨きをしてあげるようにしましょう。

○甘いものを控えましょう
甘い食べ物や飲み物は、むし歯だけでなく、小児肥満や生活習慣病につながる可能性があります。おやつを与える場合には、 だらだら食べをしないようにし、口の中に留まりやすいキャラメルやチョコレートなどは避け、水分補給もジュースではなくお茶や水をあげましょう。

○歯の質を強くしましょう
歯質を高めるには、歯磨きやうがいの際にフッ素を活用することが有効とされています。市では、1歳から3歳半の子どもを対象に無料でフッ素塗布を行っていますので、ぜひご利用ください。