



保健福祉課 保健係 ☎ 585-2783
E-mail:hoken@town.kunimi.fukushima.jp

総合検診がはじまります!!

平成28年度の総合検診は5月24日から27日、30日から31日、6月1日から4日、6日（延べ11日間）に実施します。詳細については、検診が近くなりましたら「総合検診のお知らせ」を各戸に配布します。

*年齢起算日は平成29年3月31日です。(②の検診以外)

検診名	対象者	留意点
①胸部レントゲン検診	40歳以上の方	①から⑥の検診：先に実施しました「健康管理世帯調査台帳」で町の検診を希望した方に受診録等を配布します。 ⑦の検診：検診会場で希望を伺います。詳細は「総合検診のお知らせ」でご案内します。 ⑧特定健康診査（特定健診）：国見町国民健康保険加入の対象年齢の方には町から受診録等を配布します。
②健康診査	受診日に満75歳（※）以上の方（後期高齢者医療制度加入者）	
③胃がん検診	40歳以上の方	
④大腸がん検診	40歳以上の方	
⑤前立腺がん検診	50歳以上の男性	
⑥骨粗鬆症検診	40・45・50・55・60・65・70歳の女性	
⑦肝炎検査	40歳以上の方で今まで肝炎検査未受診の方	
⑧特定健康診査（特定健診）	40から75歳未満の方（受診日に満74歳までの方）（国見町国民健康保険加入者）	

※65から74歳の方で後期高齢者医療制度加入者も含まれます。

①～⑦の検診は町が住民に対して（②の健康診査は県広域連合より町に委託されて）実施しますが、⑧の特定健診は各医療保険者がその保険の加入者に対して実施します（保険証で自身の加入している医療保険者を確認願います）。

なお、社会保険加入者の方（被扶養者のみ）も町で実施する健診会場に『保険証』と医療保険者が発行する『受診券』を持参することで、受診できる場合もありますので各医療保険者からのお知らせ等でご確認ください。

いのちを救う 愛の献血にご協力を!!

6月13日(月)は国見町の献血の日です。

【1号車】

実施場所	受付時間
国見町役場駐車場	午前9時から 午前11時15分
(株)大岩マシナリー 国見事業所前	正午から 午後1時
一心堂薬局前	午後2時30分から 午後3時30分
福島信用金庫 国見支店前	午後4時から 午後5時

【2号車】

実施場所	受付時間
八巻石材工業(株) 国見工場前	午前9時から 午前11時15分
(株)大岩マシナリー 国見事業所前	正午から 午後1時
(株)福梁製作所前	午後2時30分から 午後3時30分
清水製作所(株) 福島工場前	午後4時から 午後5時

ニコニコ相談会

対象者	実施日	実施時間	会場
国見町在住の妊婦 国見町在住の乳幼児及びその保護者	7月20日(日)	午前10時から 午前11時30分	子育て支援センター (藤田保育所内)

【実施内容】 身体計測、栄養相談、子育て相談等について保健師、栄養士がお待ちしております。
《持参するもの》 母子健康手帳、お子さんの飲み物（水筒にいれて）を忘れずに！
《申し込み方法》 前日まで保健福祉課または藤田保育所（☎585-2374）に電話でお申し込みください。

乳児健診

該当児	実施日	受付時間	会場
・3か月児（平成28年3月生まれ） ・9か月児（平成27年9月生まれ）	7月28日(日)	午後1時15分から 午後1時45分	観月台文化センター 第1和室

【健診内容】 医師の指導、身体測定、調乳、離乳、予防接種などについて
9か月児は、歯科衛生士による歯に関するお話も予定しています。
《持参するもの》 母子健康手帳を忘れずに！

歯と口の健康週間

『健康も 楽しい食事も いい歯から』

6月4日から10日までは「歯と口の健康週間」です。厚生労働省と日本歯科医師会では「8020（ハチマルニイマル）運動」を行っています。町でも県歯科医師会から認定された方を表彰します（詳細については後日回覧でお知らせします）。

この機会に「口の中の健康」を見直してみたいかがででしょうか。

『8020（ハチマルニイマル）運動とは？』

生涯を通じて自分の歯で食べる楽しみを味わえることを目標にした、歯の健康づくりのための運動です。年齢や食べ物の種類を問わず「噛む」ためには20本必要といわれており、“80歳で20本の歯”と具体的に数値化した名称になっています。



健康コラム

健康な歯を守ろう

80歳で歯を20本以上維持することを目標に

歯を失う原因のほとんどは、虫歯や歯周病です。歯・口腔は栄養をとるための大切な器官であり、毎日のケアが重要です。健康で楽しい生活をおくるためには、80歳で20本以上の歯を維持することが目標です。

一生自分の歯でいるための5つのポイント

- ポイント1 磨き残しをなくす（1日1回は10分以上かけてしっかりと）
- ポイント2 デンタルグッズを使う（デンタルフロスや歯間ブラシ等の使用）
- ポイント3 よく噛む（一口入れたら「30回噛む」を目標に）
- ポイント4 かかりつけ医をつくる（自宅や勤務先に近いと通いやすい）
- ポイント5 定期的に歯科医院を受診する（歯と口の状態をチェックする）

