



高齢者の肺炎球菌予防接種

市内に住民登録し、①②いずれかに該当する人

①今年度65・70・75・80・85・90・95歳の人はまたは100歳以上の人

②接種日に60～64歳で、心臓・腎臓・呼吸器またはヒト免疫不全ウイルスにより免疫の機能に重い障害がある人

※任意接種を受けた人は対象外。所管内の広域予防接種受託医療機関自己負担額 3000円

申①今月末に送付する接種券・予診票を実施医療機関②保健福祉課、本郷・久井・大和保健福祉センターへ

問保健福祉課(☎0848・67・6234)

被爆2世の無料健診

時6月11日(火)～来年2月末

対両親のどちらかが原子爆弾被爆

者の人(広島被爆は昭和21年6月1日以降、長崎被爆は昭和21年6月4日以降に生まれた人)申来年1月31日(金)までに専用はがき(社会福祉課・各支所に用意)で問社会福祉課(☎0848・67・6058)

休日の健診

時16日(日)8時30分～

所三原市医師会病院

内各種健診・がん検診など

定各30人(要申し込み)

料有料(健診項目による)

申三原市医師会病院(☎0848・67・7030)0848・67・7067

薬局で糖尿病リスク測定ができます

市内の薬局で血糖値の簡易測定ができます。糖尿病の予防・早期発見につなげましょう。

実施薬局(6月～7月)	問い合わせ先
佐藤薬局	0848・64・5780
シマダ薬局	0848・64・5689
クルーズ薬局頼兼店	0848・61・5322
プラザ薬局	0848・62・7228
なの花薬局城町店	0848・67・6481
なの花薬局本町えびす店	0848・60・1318

内血糖値の自己測定、薬剤師による結果説明と指導

対40～74歳で特定健康診査を受診していない人

料無料(年度に1回まで)

問保健福祉課(☎0848・67・6053)

いろいろのなんでも相談

時13日(木)13時30分～15時30分

所大和保健福祉センター

内精神科医師による相談

定2人(要申し込み)

申11日(火)までに大和保健福祉センター(☎0847・34・0960)へ

いろいろの相談室「いっけア」

時毎週火・水曜日、第2土曜日

9時～18時30分

所カウンセリングルームここケア(西町二丁目)

内臨床心理士による相談

対精神科に通院していない人と家族

料3回まで無料

申カウンセリングルームここケア(☎0848・62・2500)

精神保健福祉相談

時19日(水)13時30分～15時30分

所県東部保健所(尾道市古浜町)



こんにちは 歯科衛生士です

糖尿病と歯周病の深い関係

糖尿病と歯周病はとても関係が深いことを知っていますか。糖尿病になると、口の中の環境が変化し、歯周病にかかりやすくなります。具体的には次のような変化があるといわれています。

①唾液が減り、口の中の自浄作用が低下する②唾液中に糖が含まれ菌が増える③免疫力が低下し、歯周病に感染しやすくなる④血流障害や代謝異常が生じて、歯周病が進行しやすくなる。

一方、歯周病菌はインスリンの働きを悪くするため、血糖値が高くなり、糖尿病を悪化させるといわれています。

この悪循環を断ち切るためには、それぞれの病気をコントロールすることが大切です。歯周病の進行を抑えるためには日々の丁寧なセルフケアと歯科医院での治療が必要です。また、治療後は歯科健診を受診するなど、定期的にメンテナンスしましょう。

市では1年を通して、妊婦を対象にした妊婦歯科健診や40・50・60歳になる人を対象にした成人歯科健診を無料でを行っています。

虫歯や歯周病の予防と早期発見のため、無料の健診もうまく利用しながら口の中の健康を保ちましょう。

三原市歯科衛生士 瑞木 子(ずいきょうこ)

運動機器の利用講習

時25日(火)13時30分～15時30分

所サン・シープラザ3階

対要支援・要介護認定を受けていない65歳以上の人

定10人(要申し込み)

申高齢者福祉課(☎0848・67・6055)



家族のつどい&勉強会

時24日(月)13時30分～15時30分

所サン・シープラザ4階

内家族も元気になるお話し／佛教大学准教授 刈山和生さん

対心の病を抱える人の家族

問三原地区精神障害者家族会三保会(☎0848・67・7101)

会(☎0848・67・7101)