



今月の担当
石田 篤 子
保健師

暖かい日差しに草花が
気持ちよさそうに色づき、
成長しています。太陽の
心地よい誘いのおかげで、
スポーツ・畑仕事に
ちよつと外へ顔を出して
みませんか。

6月4日は
虫歯予防の日

昨年度の「すくすく歯
科検診」で虫歯のなかつ
た3歳児は11名でした
(対象者19名中)。虫歯
のあった8名には1人平
均4・4本の虫歯があり
ましたが、どの子も1歳
半の時はありませんでし
た。1歳半から3歳の1
年半の間に虫歯ができて
いるということになりま

す。子供の成長と共に自
己主張が強くなり、おや
つの管理が子供の要求中
心になってきてはいませ
んか？虫歯とおやつの中
数は関係があることが証
明されています。おやつ
の内容より回数が問題で
す。子供が欲しがると何
回もあげたり、だから食
いに注意しましょう。虫
歯は早期予防・早期発見
が大切です。そのためにも
3カ月に1回は定期検査
を受けるようにしましょう
。今後の歯科健診の日
程は7月6日、10月5日、
1月25日を予定していま
す。定期健診の場として
ご利用下さい。

骨粗鬆症とも
関係のある歯周病

歯周疾患が体全体のさ
まざまな病気を引き起こ
す誘因になることはご存
知だと思えます。骨粗鬆

症も歯周病と関係あるこ
とがわかってきました。
歯周病により歯の周りの
骨が吸収されていく過程
と、骨粗鬆症が進行して
いく仕組みが一致するそ
うです。骨粗鬆症の治療
や予防でカルシウムやビ
タミンDを沢山摂ること
は大切です。これらの成
分を多く含む食品は乳製
品や大豆製品・小魚・海
草・緑黄色野菜など、一
定の噛む力がないと食べ
られない物が多くありま
す。歯周病の進行は骨粗
鬆症の進行のパロメー
ターにもなっていると言
われています。子供も大
人も歯のトラブルを感じ
たら早期に受診し、歯科
医に相談しながら末永く
自分の歯とお付き合いを
していきましょう。目標
は「80歳まで自分の歯を
20本残そう」です。



平成15年度 3歳児
すくすく歯科検診

虫歯ゼロのお子さん

- | | | |
|----|-----|-----|
| 岩川 | 知夏 | ちゃん |
| 中野 | 隼人 | くん |
| 藤門 | あみん | ちゃん |
| 榎本 | 菜津美 | ちゃん |
| 橋本 | 颯太 | くん |
| 加藤 | 巧由 | くん |
| 永瀬 | 下萌 | ちゃん |
| 宮下 | 屋匠 | くん |
| 土盛 | 岡佑 | ちゃん |
| 佐盛 | 藤季 | ちゃん |
| | 佐ひ | ちゃん |

来年度の子宮がん・乳がん検診

国は子宮がん・乳がん検診の見直しをしていまし
たが、指針が明らかになりました。

「乳がん検診」

対象 40歳以上（現在は30歳以上）
*30歳代は対象外になる。

検診方法 マンモグラフィと視触診併用
（現在は視触診単独でも可能）

*視触診のみの検診がなくなる。

受診間隔 2年に1度（現在は毎年）

「子宮がん検診」

対象 20歳以上（現在は30歳以上）
受診間隔 2年に1度（現在は毎年）

幌延町では、国の指針に沿って実施していく予定です。
詳細が決まりましたら、広報を通しお知らせしてい
きます。

*10月12日(火)に予定しております子宮・乳がん検診は、これま
での方法で行います。