

第43回 子どもの歯を守るつどい inアゼリアおおたけ



昨年の子どもの歯を守るつどいから

問い合わせ
大竹地区歯科衛生連絡協議会事務局
(保健医療課内) ☎59-2153

子どもの健やかな成長のためには、歯の健康を保つことがとても大切です。子どもの歯を守るつどいは、無料でフッ素塗布を実施します。子どもの歯にフッ素塗布をすることは、乳歯や生えだての永久歯をむし歯から守るのに最も効果的です。自宅で丁寧な歯みがきを行ってからお越しください。当日は、先着順で歯ブラシ、フッ素入り歯磨き粉、「噛む力を測定できるガム」などを渡します。

とき
6月6日(土)13時30分～15時30分
(矯正相談は15時まで)

ところ
アゼリアおおたけ

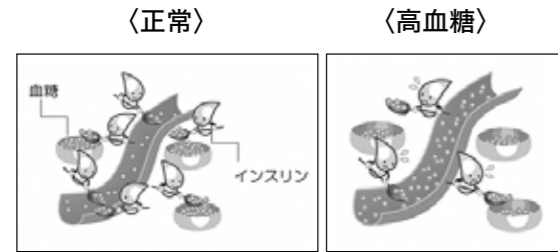
対象
乳幼児から小学6年生

- 内容
- ① 歯科健診
 - ② ブラッシング指導
 - ③ フッ素塗布
 - ④ 矯正歯科医による歯科矯正相談
 - ⑤ みんなでつくろう！「デコ歯ブラシ」
 - ⑥ お口の模型
 - ⑦ ヨーグルトのキッチンカー
- 参加費・申し込み
不要

国保の方必見 糖尿病性腎症重症化予防事業

糖尿病って？

インスリンは、膵臓で作られるホルモンで、食後に「血糖値（血液中のブドウ糖の濃度）」が上がると、膵臓からインスリンが出て血糖値を一定に保ちます。糖尿病は、インスリンの働きや分泌が十分でないために、血液中のブドウ糖が多い状態（高血糖）が長い間続く疾患のことです。



出典：厚生労働省ホームページ

糖尿病性腎症って？

血糖が高い状態が続くと、3大合併症（神経障害、網膜症、腎症）を引き起こします。

糖尿病性腎症とは、高血糖により腎臓の血管が傷つき、機能が低下する疾患です。初期は無症状ですが、進行すると尿蛋白やむくみなどのさまざまな症状を引き起こします。症状が進行し末期になると透析療法が必要となります。糖尿病性腎症では、病期に応じた治療が行われ、血糖値だけでなく、血圧や脂質コントロールなどさまざまな側面から治療することが大切です。

予防策はあるの？

市では、糖尿病性腎症の発症・重症化のリスクがある方に、生活習慣を整え、重症化しないための保健指導を行っています。

5月31日は 世界禁煙デー



問い合わせ
保健医療課 ☎59-2153

第16回 よく噛める8020 達成者表彰式



昨年の表彰式から

とき
6月6日(土)12時30分～13時

ところ
アゼリアおおたけ

対象
事前に歯科医から推薦を受けた80歳以上の方

※表彰対象の方には個別に案内を送付します。

保健指導って？

糖尿病や腎症に関するテキストや手帳を使用し、かかりつけ医からの指示に基づき、食事、運動、服薬、セルフモニタリング（血糖、血圧、体重）、他科受診（眼科、歯科）について6カ月間支援します。（8月～1月）

参加費

無料

対象

- ① 市国民健康保険被保険者で①・②に該当する方
 - ② 2型糖尿病※で医療機関を受診している。
 - ③ 腎機能の低下がみられる。
- 事業対象者には、6月ごろに市から案内通知が届きます。
- 保健指導を詳しく知りたい方は、6月実施予定のまめ豆教室で体験できますので、広報おおたけ6月号を確認して申し込んでください。

※1型・2型糖尿病

○1型は、インスリンが膵臓でほとんど分泌されなくなることで発症。

○2型は、インスリンが作られにくくなったり、作られても効きにくくなったりすることで発症。

「世界禁煙デー」は世界保健機関（WHO）が、たばこを吸わないことが一般的な生活習慣となることを目指し制定しました。日本でも「世界禁煙デー」に始まる一週間（5月31日～6月6日）が禁煙週間と定められています。

たばこは、がんをはじめ、虚血性心疾患（狭心症、心筋梗塞）、脳卒中、COPD（慢性閉塞性肺疾患）、さらに生活習慣病、歯周病など、さまざまな病気の原因となり、喫煙する本人だけでなく周りの人の健康も害します。

市立図書館では5月の間、禁煙デーに関連した書籍の紹介をします。

禁煙を始めたことによる健康効果

| | |
|---------|------------------------------------|
| 1分 | たばこのダメージから回復しようとする機能が動き始める。 |
| 24時間 | 心臓発作の確率が減る。 |
| 48～72時間 | ニコチンが体内から完全に抜ける。 |
| 2～3週間 | 循環機能が改善。歩行が楽になり、肺活量は30%回復。 |
| 9カ月～1年 | 咳や静脈うっ血、全身倦怠感が改善される。 |
| 5年 | 肺がんになる確率が半分に減る。 |
| 10年 | 口腔や咽頭、食道、膀胱、腎臓、すい臓がんなどのがんになる確率が減る。 |

資料「American Lung Association」パンフレットより

赤十字の 活動資金募集に ご協力ください

問い合わせ
日本赤十字社広島県支部
大竹市地区事務局(福祉課内)
☎59-2146

日本赤十字社は、5月1日(金)から5月31日(日)まで、赤十字の目的や事業に賛同し、活動資金を提供する赤十字会員の増強運動を全国一斉に行います。

活動資金は、災害救護活動や国際救済活動、救急法などの講習の普及、医療事業や血液事業の推進、看護師の養成など、幅広い事業に活用されています。

赤十字の活動を引き続き展開していくために、赤十字の活動にご理解いただき、一人でも多くの方の赤十字会員への加入と活動資金の募集にご協力をお願いします。

なお、令和7年度市内での活動資金募集状況は次のとおりでした。

活動資金

303万1702円