

高齢者と子どものインフルエンザの予防接種

問 健康ほけん課健康づくり班 ☎22-9125

これからの季節、インフルエンザが流行します。予防接種を受けインフルエンザの感染を予防しましょう。また、新型コロナウイルスワクチンとインフルエンザワクチンは同時接種できるようになりました。

	一般世帯			
	1回目		2回目	
接種日の年齢	自己負担	市助成	自己負担	市助成
生後6カ月～12歳	1,000円	3,128円	1,000円	3,128円
13歳～15歳 (中学3年生まで)	1,000円	3,128円		
65歳以上	1,000円	3,216円		

※生活保護世帯は無料。

※高校生から64歳までの人は全額自己負担。(60～64歳で障がいなどにより助成の対象になる場合もありますので、かかりつけ医にご確認ください)

今月の
特ダネ

歯科治療を繰り返すサイクルから抜け出すために

問 健康ほけん課健康づくり班 ☎22-9125

定期的なメンテナンスで再発を防ぐ

- 治療が終わってしばらくしたら何故かまたむし歯が再発する…
- 治療後は調子良かったけど、最近また歯ぐきから血が出るようになった…

真面目に歯医者に通院し、全ての治療が終了すると、しばらくこれで歯医者に通わないですむと喜んでいたのに、再発してしまったという経験のある人も多いのではないのでしょうか。定期的なメンテナンスを受けて、再発を防ぎましょう。

メンテナンスは定期検診とも呼ばれていますが、検査や指導だけではなく歯石取りやクリーニングなどを行います。ぜひ積極的にご利用ください。

メンテナンスでできること

【むし歯】

- むし歯の予防、早期発見。
- 初期のむし歯であれば適切な定期管理を行う

ことで進行を防ぐ(削らずに治る)。

- 過去に受けた治療のチェック。歯の詰め物や被せ物の隙間からのむし歯の再発を早期発見。

【歯周病】

- 歯周病の再発を防ぎ、健康な状態を維持する。(再発が多い病気で、放置すると治療前の状態に逆戻りし、さらに悪化することも多い)
- 全身に及ぼす影響、リスクを下げる(糖尿病、心疾患や慢性腎臓病、呼吸器疾患、早産・低体重児出産、骨粗鬆症、関節リウマチ、誤嚥性肺炎など、歯周病はさまざまな全身疾患との関連が報告されています)

最後に

むし歯も歯周病も現在ある程度コントロールできる病気となってきました。

毎日の丁寧なセルフケアを行いながら、定期的なメンテナンスを受け、歯を無くさずに豊かで健康な人生を歩みましょう。

北松歯科医師会

10月の献血日程

○とき 10月14日(金)

○ところ

- ①平戸警察署
午前9時30分～午前11時
- ①平戸文化センター
午後0時30分～午後4時30分



子育て・健康応援コーナー

このコーナーでは、子育てや健康に関する旬な情報を「お知らせ」します。

特定健診やがん検診などの日程は、対象者に配布予定の「平戸市健(検)診日程表」をご覧ください。



10月の各種相談および赤ちゃんの健診など

問 こども未来課母子保健班 ☎22-9136

日にち	ところ	種類および受付時間
10月4日(火)	ふれあいセンター	乳 12:45～13:15
10月7日(金)	平戸文化センター	3 12:30～12:45
10月11日(火)	平戸市福祉保健センター(田平)	育 妊 母 10:00～14:00
10月18日(火)	平戸文化センター	乳 12:45～13:15
10月19日(水)	平戸文化センター	1 12:30～12:45
10月22日(土)	平戸市福祉保健センター(田平)	パ 12:30～13:00
10月27日(木)	生月町中央公民館	1 3 12:30～12:45

乳 乳児健診 1 1歳6カ月児健診 3 3歳児健診 妊 妊婦健康相談 母 母子健康相談 育 母乳育児相談支援 パ パパ・ママ教室

親子で遊んで、ママ友作ろう(就学前交流の場)

※開所時間などの詳しい情報は、子育て応援ガイドブック「おひさま」をご覧ください。

施設名	連絡先	施設名	連絡先	施設名	連絡先	施設名	連絡先
トコトコ (田平：保健センター)	57-1943	中津良保育所 (南部：中津良保育所)	27-0475	よちよちクラブ (生月：山田児童館)	53-1759	おひさまひろば (田平：平戸口社会館)	57-0236
あいちゃん広場 (北部：愛の園保育所)	22-2244	堤保育園 (南部：堤保育園)	27-1084	めばえ広場 (生月：認定こども園めばえ)	53-0496	さくらんぼ広場 (田平：若葉保育園)	57-3028
かもめネットワーク (北部：しおかこども園)	22-3360	小鳩こども園 (南部：小鳩こども園)	27-0333	いきつきげんきっこ広場 (生月：生月こども園)	22-9206	はなぞの広場 (田平：花園認定こども園)	57-0744
みのりの樹1 (北部：みのりこども園)	22-2575	津吉保育所 (南部：津吉保育所)	27-0222	やよいプレイランド (田平：やよい幼稚園)	57-0789	しまっこ広場 (大島：大島村保育所)	55-2006

10月の休日当番医(診療時間：午前9時～午後5時)

問 平戸市医師会 ☎20-0011

日にち	医療機関	住所	連絡先
10月2日(日)	青洲会病院	平戸市田平町山内免612番地4	57-2155
10月9日(日)	谷川病院	平戸市田平町山内免400番地	57-0045
10月10日(月・祝)	柿添病院	平戸市鏡川町278番地	23-2151
10月16日(日)	青洲会病院	平戸市田平町山内免612番地4	57-2155
10月23日(日)	北川病院	平戸市浦の町737番地	22-2344
10月30日(日)	柿添病院	平戸市鏡川町278番地	23-2151

いざというとき

子どもが急な病気になったら
●小児救急電話相談センター
(受付時間18:00～8:00)
※土日祝日は24時間対応
☎#8000 または
☎095-822-3308

救急医療機関のことは

●平戸市消防本部
☎22-4199
※電話番号を間違いないよう注意してください。