

歯周疾患検診のご案内

問 健康ほけん課健康づくり班 ☎22-9125

歯周疾患検診を実施しています。

まだ受診していない人は下表の受診できる医療機関で、お早めに受診してください。

○対象者 20歳・30歳・40~74歳の人

○受診料 無料 ○受診期限 3月31日(火)



受診できる医療機関 要予約

地区	医療機関名	連絡先	地区	医療機関名	連絡先
北部地区	大森歯科医院	22-3814	生月地区	井上デンタルクリニック	53-1524
	柿添病院歯科室	23-2151		安部歯科医院	57-0055
	丸屋けいたろう歯科クリニック	29-9301		いなざわ歯科医院	57-3337
中部地区	けいすけ歯科クリニック	28-0519	大島地区	大島歯科診療所	55-2506
南部地区	山崎歯科	27-1222			

今月の
特ダネ

ドライマウス（口の渴き）

問 健康ほけん課健康づくり班 ☎22-9125

「口が乾く」「話しにくい」「食べ物が飲み込みにくい」と感じることはありますか。こうした症状は、ドライマウスと呼ばれ、年齢に関係なく誰にでも起こる身近な状態です。

口の中を潤す唾液には、食べ物を飲み込みやすくしたり、むし歯や歯ぐきの病気を防いだりする大切な働きがあります。唾液が少なくなると、口の中がねばついたり、口臭が出やすくなったり、むし歯になりやすくなることがあります。

唾液が少なくなる原因には、加齢による変化のほか、ストレスや緊張、飲んでいる薬の影響、口呼吸、季節的な乾燥などが関係していることがあります。特に冬の乾燥や夏の水分不足は口の渴きを感じやすくなります。

予防や改善のためには、こまめに水やお茶を飲むこと、よく噛んで食べることが大切です。ガムを噛んだり、舌や頬、唇を動かす口の体操、唾液腺マッサージなどが唾液を出す助けになります。また、乾燥の強いこの時期は部屋の湿度を保つことも大切です。

口の渴きが続くと、食事や会話がつらくなり、入れ歯に痛みを感じることもあり、生活の楽しさにも影響します。「年のせい」と我慢せず、気になる症状があれば歯科医院や医療機関に相談しましょう。早めの対応が口と体の健康を守ります。



北松歯科医師会



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。



2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
2月4日(水)	平戸文化センター	3 12:30~12:45
2月13日(金)	平戸市福祉保健センター(田平)	育 妊 母 10:00~11:30
2月14日(土)	平戸市福祉保健センター(田平)	バ 12:45~13:00
2月17日(火)	大島村公民館	1 3 12:45~13:00
2月20日(金)	平戸文化センター	乳 12:45~13:15
2月25日(水)	ふれあいセンター	1 3 12:30~12:45

乳 乳児健診 1 1歳6ヶ月児健診 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 バ 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」をご覧になるか、各施設にお問い合わせください。

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

2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
2月1日(日)	ごとう耳鼻咽喉科医院	平戸市戸石川町964番地	22-4377
2月8日(日)	柿添病院	平戸市鏡川町278番地	23-2151
2月11日(水・祝)	青洲会病院	平戸市田平町山内免612番地4	57-2155
2月15日(日)	谷川病院	平戸市田平町山内免400番地	57-0045
2月22日(日)	柿添病院	平戸市鏡川町278番地	23-2151
2月23日(月・祝)	青洲会病院	平戸市田平町山内免612番地4	57-2155

いざというとき

急な病気やケガで救急車を呼ぶ?病院に行く?迷ったら

●救急医療電話相談
☎ #7119

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