

歯周疾患検診のご案内

☎ 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	田平地区	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			



詳細はこちら▼



今月の
特ダネ

ドライマウス（口の渇き）

☎ 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せんか。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渇きを感じやすくします。

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。

口の渇きが続くと、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」などと我慢せず、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

☎ 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)	パ 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	小嶋こども園 (南部：小嶋こども園)	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

2月の休日当番医(診療時間：午前9時～午後5時)

☎ 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