



問い合わせ

保健センター ☎01654 1486

風連庁舎保健係 ☎01655 2511

### 休日当番医

急患に限ります

6月 3日 市立総合病院  
☎01654 3101

10日 岡崎内科  
☎01654 2361

17日 あかいし内科  
☎01654 7177

24日 中村整形外科  
☎01654 2881

7月 1日 市立総合病院  
☎01654 3101

10日 名寄三愛病院  
☎01654 3911

救急医療情報案内フリーダイヤル  
☎0120-208-699

## 子育て保健 ミニカレンダー 6月

- 5日(火) ちびっこひろば
- 6日(水) 1歳6カ月児健診
- 8日(金) 親子ふれあいひろば
- 12日(火) ちびっこひろば・ポリオ
- 13日(水) お母さん教室
- 15日(金) 4カ月児健診・BCG
- 18日(月) 股関節脱臼検診
- 19日(火) お母さん教室
- 20日(水) 幼児健診・ポリオ  
( 風連会場 )
- 21日(木) 3歳児健診
- 22日(金) 親子ふれあいひろば
- 23日(土) お父さん・お母さん教室
- 28日(木) お母さん教室
- 29日(金) 子育て教室

風連会場は風連地区の方のみを対象として実施しています。  
詳しくは母子保健カレンダーをご覧ください。

### 検診のお知らせ

定期的に検診を受け、自分の健康状態を確認しましょう。

【子宮がん・骨粗鬆症検診】表1

【胃がん・肺がん・大腸がん・前立腺がん検診・基本健康診査・結核検診・エキノコックス症検診】表2

【検診料金・対象】表3

検診料金が無料となる場合がありますので、お問い合わせください。  
詳細は、平成19年度各種検診のお知らせをご覧ください。

名寄市国民健康保険加入者で、胃・肺・大腸がん検診の受診対象となるのは、30歳以上の方です。

表1 子宮がん・骨粗鬆症検診

日 程	7月1日(日)	7月2日(月)・3日(火)・16日(祝日)
場 所	西町コミュニティセンター(風連町西町)	保健センター
検診項目	子宮がん・骨粗鬆症	子宮がん
受付時間	9:00~9:30、12:00~12:30	9:00~10:30、12:30~14:00

表2 胃がん・肺がん・大腸がん・前立腺がん検診  
基本健康診査・結核検診・エキノコックス症検診

日 程	6月26日(火)	6月27日(水)~30日(土)	7月8日(日)~14日(土)
場 所	風連日進コミュニティセンター	風連福祉センター	保健センター
受付時間	6:00~10:00		

表3 検診料金・対象

項 目	対 象	料 金
胃がん検診	35歳以上	1,300円
肺がん検診		400円
大腸がん検診		400円
骨粗鬆症検診	20歳以上の女性	1,500円
子宮がん検診	20歳以上(1年おき)	1,900円
前立腺がん検診	50歳以上の男性	1,600円
基本健康診査	35歳以上	1,300円
結核検診	65歳以上	無 料
肝炎ウイルス検査	40歳以上(条件あり)	500円
エキノコックス症検診	小学校3年生以上	100円

### 健康づくり体操教室のお知らせ

と き 6月14日(木)・21日(木)・28日(木) 9:30~11:15

と ころ 総合福祉センター

内 容 フォークダンス・民謡踊り・自きょう術

持 ち 物 上靴

申 込 日 当日会場で受け付けます。

問 合 せ 名寄庁舎2階高齢福祉課高齢福祉係

( ☎01654 2111 内線3231 )

## 歯周病と心臓血管病

タイトルを見て奇異な感覚を持たれたかもしれませんが、今回は、歯の病気が血管の病気に関連しているというお話です。

の毒素が歯肉から血液に入ってしまう事でこの血栓を作りやすくすることがわかったのです。

重度の歯周病患者とそうでない人を比べると、冠動脈疾患を引き起こす可能性が2倍程高いという報告もあります。また、パージャヤー病（ピュルガー病）という四肢末梢の血行障害のために手指や足趾・下腿が壊死になってしまう血管病においても、歯周病が強く関連しているという報告がされています。実はこの血管病は、以前から日本を含めアジア地域に発症が多いと言われてきました。口腔内の衛生環境不良が原因のひとつであったというのです。タバコは、口腔内の環境を悪化させ細菌感染に一役を買っており、ニコチンによる血管内皮障害をさらに増強させて血管の病気を促進させていくわけです。血管病にならないために禁煙はもちろんです。口腔内の衛生と歯の治療も重要です。

歯周病の人は、そうでない人に比べて、心筋梗塞などの心臓血管疾患にかかる確率が高いという驚くべき研究結果が少し前に米国で報告され話題となっています。心臓血管疾患で最近重要視されているのは脳梗塞、心臓冠動脈疾患、心臓発作、末梢動脈疾患などの原因となる粥腫血栓症（アテローム血栓症）ですが、この粥腫血栓症（アテローム血栓症）は酸素や栄養を運ぶ太い動脈の中で血栓を作った症状を引き起こします。我が国においても、生活習慣や食生活の変化とともに増加傾向にあることはこれまでもお話ししてきました。この血栓を作る危険因子は、喫煙と高コレステロール血症などですが、歯周病のような直接的・間接的な細菌感染が関連しているというのです。歯周病の炎症を起こす細菌

【名寄市立総合病院 副院長 和泉裕一】

### 食生活改善推進員をご存知ですか!?

地域と行政のパイプ役として食生活を中心に、地域の中で健康づくりを推進するボランティアです。合併に伴い、名寄・風連地区にあった協議会をひとつの組織にし、8回に渡る養成講座を終了して新しく加わった仲間と一緒に、4月から41人で新たなスタートを踏み出しました。

「自分の健康は自分で守る」を合言葉に、料理教室やイベントに参加して、健康づくりに関する活動を行っています。

みなさんの“楽しみ”が今後も続けられるように...。地域の中で、健康づくりのためにお手伝いできることがあれば、ぜひ、気軽にお声をかけてください!

食生活改善協議会会長 酒井 洋子  
保健センター

体力・健康づくりのお世話役・案内役として、健康の輪を広げていきたいと思います!!



### 子育て支援センターで 育児の輪を広げましょう!

「さくらんぼ」 開設：月～金曜日  
☎01654 5683（東5南3 東保育所内）



「ちゅうりっぷ」 開設：月～金曜日  
☎01654 3361（西2南2 中央保育所内）



「さくらんぼ」「ちゅうりっぷ」は、火・木曜日のみ  
女性児童センターで実施します。

「こぐま」 開設：月・木曜日  
☎01655 2378（風連町西町 風連さくら保育園内）



### 6月・7月の催し

ところ 女性児童センター

1回目身体測定

・とき 6月5日（火）10:00～11:30  
測定カード・手形をプレゼント。

七夕かざりを作ろう

・とき 7月3日（火）10:00～11:30  
親子で七夕飾りを作ります。