

### 小金井市民の歯と口の健康

小金井歯科医師会では、6月の「歯と口の健康週間」に、「小金井市民の歯と口の健康」を開催します。

とき 6月7日(日) 午前10時～正午、午後1時30分～3時30分(フッ素塗布の受け付けは3時まで)

ところ 保健センター

※ 車での来場はご遠慮ください。

内容 市内小・中学生が作成したポスターの展示、口腔健康診断(受診者には歯ブラシをプレゼント)、歯科相談、むし歯予防処置(フッ素塗布)幼児(小学生)、ブラッシング指導、口臭測定ほか

【親子のよい歯のコンクール】

当日の口腔健康診断でむし歯がない親子の方に、記念品を贈呈します。

【口腔がん検診(要予約)】

口の中にもがんはできます。年間7千人以上の方が罹患しています。一度受診した方も、この機会に年に1回は受けましょう。

対象 市内在住の方

定員 130人(申込順)

申込 5月1日から、電話で健康課へ。



### 健康講演会 胃の病気にこころ

よくある胃の症状と、その対応をわかりやすく学びます。

とき 6月11日(木) 午後1時～2時30分

ところ 福祉会館5階保健会

講師 石川裕之さん(市医師会会員)

定員 50人(申込順)

申込 5月1日から、電話で健康課へ。

### 妊婦歯科健診

とき 6月8日(月) 午後1時から、1時15分から、1時30分から(終了は3時)

ところ 保健センター

対象 おおむね16～27週の妊婦の方

定員 20人(申込順)

申込 5月7日から、電話で健康課へ。

### 両親学級ひまわりクラス(平日3日間コース)

グループワークなどを通して妊娠、出産、育児の話、沐浴実習等を学びます。友達作りの場にもなりますので、ぜひ、ご参加ください。

とき 6月8日(月)、15日(月)、19日(金) 午前10時～午後0時30分

ところ 保健センター

対象 おおむね16～27週の妊婦(パートナー参加も可)

定員 20組(申込順)

申込 5月7日から、電話で健康課へ。

### むし歯予防教室

とき 6月4日～18日の毎週木曜日午前9時から(受け付けは9時15分まで)

ところ 保健センター

内容 歯磨き練習、栄養講話など

※ むし歯予防教室受講後、希望者は引き続き歯科健診も受けることができます。(終了は11時30分)

対象 平成24年11月生まれ

(2歳6か月)～26年5月生まれ(1歳)の幼児

※ 転入等で対象年齢を過ぎている場合は、ご相談ください。

定員 各日12人(申込順)

申込 5月7日から、電話で健康課へ。

### 東京都母子の健康相談室

受付時間 ▽平日 午後5時～10時 ▽休日(土曜・日曜・祝日) 午前9時～午後5時

☎#80000(ブッシュ) 回線の固定電話、携帯電話 ☎03-52885-8898

### 24時間テレホンサービス

▽東京消防庁救急相談センター ☎#7119(ブッシュ) 回線の固定電話、携帯電話 ☎042-521-2323

▽東京都保健医療情報センター! 医療機関案内ひまわり ☎03-5272-0303

聴覚障害者向け専用 ☎03-5285-8080

### 小児救急(365日24時間)

▽武蔵野赤十字病院 武蔵野市境南町1-26-1 ☎0422-3213111



### 歯の欠損と修復

歯がなくなると、残っている周囲の歯はその隙き間を埋めるよう移動します。すると、歯と歯の間に食べ物が挟まりやすくなり、かみ合わせが変化することがあります。また、多数の歯がなくなると、歯の支えがなくなり、口元の外見が崩れてきます。具体的には、唇は薄く平たく見え、口元は寂しく平面的になります。下あご周辺の皮膚のたるみも目立ってきます。

歯の欠損を修復するに

## 食育ホームページ編集委員会が 文部科学大臣表彰を受賞しました

市内で活動している同委員会は、「早寝早起き朝ごはん」運動を推進し、子どもの生活習慣づくりに関して優れた活動を行っていることが評価され、3月12日に文部科学大臣表彰を受賞しました。

3月20日に市長を表敬訪問し、日ごろの取組内容や表彰式の様子などを報告しました。



は、いくつかの方法があります。

### 【固定式ブリッジ】

1本または複数の失った歯の隙き間を埋めるために用いられる、取り外せない固定式の装置です。固定式なので違和感は少なく、よくかめ、見た目も自然になるのが利点です。ただし、欠損部の両脇の歯の表面を削って土台に使わなければなりません。

### 【可撤式部分義歯】

多数の歯を失って固定式ブリッジでは修復できない場合には、取り外し式の部分入れ歯で修復できます。残った歯を土台にして入れ歯を支えるため、比較的安定し、かむ機能や見た目も回復されます。ただし、取り外し式であるため違和感に慣れる必要があります。

### 【総義歯】

歯を全部失うと、取り外し式の総入れ歯でかむ機能と見た目を修復することになります。

最近では、歯の欠損の新しい修復法として、インプラントが注目されています。保険診療の適用外です。1本から複数歯の欠損まで、固定式の入れ歯で修復できるため、違和感なくよくかめるのが利点です。ただし、インプラントをあごの骨に埋め込む外科手術が不可欠なこと、および治療費用が高いことが欠点ともいえます。

### 小金井歯科医師会

岩田 健男

## 福祉のひろば

### 介護職員初任者研修受講費用の助成

介護職員初任者研修を修了し、一定要件を満たす方に受講料等の一部を助成します。

対象・申込期限 次のいずれかに該当する方

▽ 市内在住で、研修修了後6か月以内に市内の介護保険事業者に就労し、3か月以上継続して勤務している方

▽ 就労開始後6か月以内

▽ 市内の介護保険事業者に3か月以上継続して勤務している介護職員で、研修修了後も継続して勤務する方(市外在住の方も可) ▽ 研修修了後6か月以内

助成内容 受講料等(テキスト代、消費税含む。補講料等追加払いは除く)の2分の1(上限3万円。100円未満切り捨て)

申請書配布 介護福祉課(市役所第二庁舎2階)で配布するほか、市ホームページからダウンロードできます。

その他 ▽1人1回まで ▽他の給付制度との併用はできません。

問合せ 介護福祉課高齢福祉係(☎042-387-9843)

### 栄養・口腔機能向上

お口からお

全身元気アップ教室

口腔体操や口腔清掃、栄養改善等を歯科医師・歯科衛生士・管理栄養士が指導します。よく飲んで飲み込む力をアップし、食事を楽しまし

とき 5月18日～6月29日の毎週月曜日午前10時～正午

### おとしより無料入浴デー 菖蒲湯

おふる屋さんご協力により、高齢者の健康保持や児童との交流・憩いの場として、「菖蒲湯」を実施します。

大きなお風呂でのんびりと、子どもたちと一緒に楽しむひとときをお過ごしください。

とき 5月5日(祝) 午後4時～11時

ところ ぬくい湯(貫井北町3-4-4)

対象 市内在住の65歳以上の方と小学生以下の方

その他 ご利用の際は、当日、浴場に口頭で必ず申し出ていただきます。

問合せ 介護福祉課高齢福祉係(☎042-387-9843)

### 高齢者の体力測定

とき 6月18日(木) 午前

とき	ところ	定員	問合せ・申込先
5/15(金)	桜町高齢者在宅サービスセンター(桜町1-9-5)	10人程度(申込順)	小金井きた地域包括支援センター(☎042-388-2440)
/20(水)	特別養護老人ホーム つきみの園(中町2-15-25)	15人程度(申込順)	小金井ひがし地域包括支援センター(☎042-386-6514)
/29(金)	公民館貫井北分館学習室A	15人程度(申込順)	小金井にし地域包括支援センター(☎042-386-7373)

※ 時間はいずれも午後2時～3時30分

対象 本講座を受講したことがない方

その他 参加者には認知症サポーターのシンボルである、オレンジリングを差し上げます。

申込 5月1日から、各地域包括支援センターへ。