

健康ガイド

健康課(保健センター)
 (☎042-321-1240)
 〒184-0015
 貴井北町5-18-18

高齢者肺炎球菌予防接種

所指定医療機関(要事前申込) 対市内在住で、過去に接種歴がなく、次のいずれかに該当する方①接種日に65歳になる方②60〜64歳で、心臓・じん臓・呼吸器の機能障害ま



お口の終活?

8020運動という言葉があります。80歳になっても20本以上の歯を残そうというものです。20本以上残れば食生活にほぼ満足できると言われています。

生涯自分の歯で食べる楽しみを味わえるように、若いころからの口腔ケアの積み重ねが大事であること、それは大前提です。

しかし残念ながら高齢になっていくと、歯だけでなく飲み込みなどの機能、通院する身体機能、認知機能やなにかしらの病気にかかるなど全身の機能が低下していきます。

そして通院が困難になる、歯磨きといったセルフケアが困難になるときにどう向き合っていくか、また困難になることを想定して事前にどう向き合うか、ということを考えていく必要があります。

たはヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能の障がいのある方(障害者手帳1級相当) ¥2,500円 ※生活保護世帯の方は減免制度有り 他①対象者には誕生日の翌月に案内を郵送します 問健康課



いわばお口の終活です。今現在ほぼ問題なく使えている歯でも、将来的に不具合が予測されるケースに対し、大きな病気にかかっていない、通院できる間に、歯の再治療、またはいい場合も多くあります。病状によっては抜歯すること自体が困難になる場合もあります。

そして通院が困難になってきたときに利用していたきたいのが訪問診療です。もちろん訪問診療では治療が限られるため、前述のように通院可能な間に手を加え、訪問診療で出来るだけ維持する、悪化を緩やかにしていきます。

そのように最後の時まで楽しくお食事出来るように早めにケアし対処していくことをご一考し、かかりつけ医にご相談してみてください。

小金井歯科医師会

松本 亨

乳がん検診

医療機関でのマンモグラフィ検査です。

①桜町病院

時7月2日〜9月27日の火曜
 ・水曜・金曜日の午後定100人(多数抽選)

②小金井つるかめクリニック

時7月1日〜9月30日(日曜日を除く)定250人(多数抽選)

③東小金井さくらクリニック

時7月1日〜9月30日の月曜
 ・金曜日(水曜日の午後を除く)定100人(多数抽選)

◇共通◇

対令和7年3月31日現在40歳以上の女性で、令和5年4月以降に市の乳がん検診を受診していない方。なお、次の方は受診できません▽現在授乳中、妊娠中、断乳後6か月以内の方など▽詳しくはお問い合わせください。市ホームページをご覧ください。¥2千

円 ※生活保護世帯・住民税非課税世帯の方は減免制度有り

他抽選結果は、実施日の約2週間前に郵送 申5月15日(消印有効)までに、郵送(1人1通)で「乳がん検診希望」

・希望医療機関名(①〜③のいずれか)・住所・氏名・生年月日・電話番号を明記し、健康課へ ※市ホームページから申請可

愛の献血

時5月14日(火)午前9時30分〜11時30分、午後1時〜4時 所市役所本庁舎駐車場 対16〜64歳の方 ※60〜64歳に献血経験のある方は、69歳まで献血することが出来ます 実施団体東京都赤十字血液センター 問健康課



健康講演会

大規模災害で歯科は何ができるか

時6月5日(水)午後1時30分〜3時
 所上之原会館
 講大澤繁喜さん(小金井歯科医師会会員)
 定30人(申込順)
 他口腔環境維持のための注意点についても話します
 申5月1日から、電話で健康課へ

意外と知らない?生活習慣病のお話

時6月6日(木)午後1時30分〜3時
 所前原暫定集会所
 講竹田遼さん(市医師会会員)
 定30人(申込順)
 申5月1日から、電話で健康課へ

胃がん検診・肺がん検診・大腸がん検診・乳がん検診



時所右表のとおり

内対定 ¥ 下表のとおり

他▷申込完了後、お知らせを検診日の1週間〜10日前に郵送予定▷乳がん検診は、新型コロナワクチンの接種後6週間以上経過しての受診を推奨します

■予約方法 予約申込フォーム (https://www.yobouigaku-tokyo.or.jp/tk/step/top_koganei) または電話で、東京都予防医学協会 (☎0120-128-331※携帯電話の場合=☎03-3269-4752、土曜・日曜・祝日を除く午前9時〜午後5時) へ

問健康課 ※健康課では予約受付していません

実施日	検診場所	検診名
5/27(月)	保健センター	胃がん・肺がん・大腸がん・乳がん
		大腸がん・乳がん
		胃がん・大腸がん・乳がん
8/2(金)	保健センター	胃がん・肺がん・大腸がん
		胃がん・大腸がん
		胃がん・大腸がん
8/9(金)	市役所本庁舎	胃がん・大腸がん
		胃がん・大腸がん
9/17(火)	市役所本庁舎	胃がん・大腸がん
9/18(水)	市役所本庁舎	胃がん・大腸がん・乳がん

※胃がん検診は午前のみ

検診内容	対象	定員	費用
胃がん検診 バリウムを飲んだの胃部X線検査	次の方は受診できません▷前回受診後、およそ1年たっていない方▷過去1年以内に開腹手術を受けた方▷腸閉塞の既往がある方▷妊娠中もしくは妊娠の可能性がある方▷まっすぐに立てない方▷検査中指示に従って動けない方▷バリウムアレルギーの方▷誤嚥をしやすい方▷高血圧(180/110以上)の方 ※問診により、検診をお断りする場合があります	1日あたり45人(申込順)	1,000円
肺がん検診 胸部X線検査、喀痰細胞診	喀痰細胞診については、50歳以上で喫煙指数(喫煙年数×1日本数)が600以上の希望する方に受診票と容器を送付します。検診当日に喀痰を採取した容器を受診票とともにお持ちください。 ※喀痰細胞診のみの受診は不可	1日あたり150人(申込順)	いずれも500円
大腸がん検診 免疫学的便潜血検査2日法	検査キット等を郵送しますので、期間内に提出してください		500円
乳がん検診 女性スタッフによるマンモグラフィ検査	令和5年4月以降に市の乳がん検診を受診していない方。なお、次の方は受診できません▷現在授乳中、妊娠中、断乳後6か月以内の方▷乳房疾患で治療中、経過観察中、手術後の方▷まっすぐに立てない方▷心臓にペースメーカーを装着している方▷豊胸手術をした方 ※問診により、検診をお断りする場合があります	1日あたり50人(申込順)	2,000円