

内容(予は要予約)	とき		対象(対は対象)
親子健康手帳交付	1日(水)	13:30集合	妊婦
	23日(木)	9:45集合	
パパママ教室(1回目)	23日(木)	10:30~11:30終了	主に妊娠6か月ごろまでの初妊婦とその夫
予 パパママ教室(2回目) ※予約は土日のみ	18日(土)	9:15受付~11:30終了	主に妊娠7か月以降の初妊婦とその夫
予 妊婦訪問	訪問は予約制です。 (希望者は保健センターへ連絡してください)		妊婦(訪問は妊娠中1回)
こんにちは 赤ちゃん訪問	3~4か月児健診受診前		すべての赤ちゃんとその保護者 (里帰り出産で市内滞在中の人も対象となります)
転入者予防接種等 説明会	22日(水)	10:00集合	主に7歳未満の子がいる転入世帯 (健康推進課窓口等で転入手続きした人を除く。)
予 のびのび計測日 (予約なしでも計測できます)	22日(水)	10:15~10:45受付 (医師の診察はありません。)	未就園児 特 親子(母子)健康手帳、乳児の場合はバスタオル
予 離乳食教室	27日(月)	10:00~11:30	主に第1子(4~5か月)をもつ保護者(乳児同伴可)
予 妊産婦歯科健康診査	予約してから、市内委託医療機関で受診してください。		妊婦と産後1年未満の産婦
BCG接種	3日(金)	9:15~10:15受付	H28年8月16日~H28年8月31日生
	24日(金)		H28年9月 1日~H28年9月15日生
予 予防接種 (記事ID 1192) HPを見る	B型肝炎		対 生後1歳未満(H28年4月1日以降生まれに限る)
	ヒブ、小児用肺炎球菌		対 生後2~60月に至るまで
	4種混合、三種混合、不活化単独ポリオ		対 生後3~90月未満
	麻しん・風しん混合、麻しん単独・風しん単独		対 第1期:生後12~24月未満 第2期:小学校入学前の1年間
	水痘	対 生後12~36月未満	
	日本脳炎	対 1期:生後6~90月未満、2期:9~13歳未満 救済制度により対象以外で接種可能な場合あり	
二種混合	対 小学6年生	厚生労働省の勧告を受け、 積極的な接種の勧奨を一時的に差し控えています。	
子宮頸がんワクチン	対 小学6年生~高校1年生		
予 子宮検診	9日(木)、14日(火)	20歳以上の西暦偶数年生まれの女性 (昨年度受診していない西暦奇数年生まれの方も可)	
予 個別子宮検診	2月28日までに市内委託医療機関で受診してください。		
予 乳腺検診	2日(木)、6日(月)、16日(木)、17日(金)	40歳以上の西暦偶数年生まれの女性 (昨年度受診していない西暦奇数年生まれの方も可)	
予 39歳以下健診	15日(水)	16歳から39歳の人	
予 体成分分析装置測定会	20日(月) 10:00~12:00(要予約)	市内在住の人	

納期限(2月28日)までに納めてください

税目	納期	問合せ先
固定資産税	第4期	収納課 ☎56-0610
国民健康保険税	第10期	長寿課 ☎56-0613
介護保険料	第6期	保険医療課 ☎56-0617
後期高齢者医療保険料	第8期	

口座振替の人は、納期限の日に引落しますの
で残高を確認してください。
納付は便利な口座振替を利用してください。

休日夜間診療案内

日進市休日急病診療所
☎73-7555 (記事ID 1197)


診療時間	9:00~16:30 (昼休憩1時間あり)	HPを見る
診療科目	内科・小児科	
所在地	日進市蟹甲町中島22 (中央福祉センター内)	

夜間の急病・ケガは下記に問い合わせを
救急医療情報センター ☎82-1133

愛知医科大学病院 時間外診療
救急でかかりつけ医が開いていない場合、診療
を受けることができます。
まず、電話で相談してください。
☎62-3311(代表)

まちの保健師

保健師が様々な場所に
出向き、健康相談を
お受けします。
気軽にご相談ください。
詳しくは市ホームページ
にてご確認ください。



ドクターからあなたへ **ごえん 誤嚥性肺炎と口腔ケア** にしむら歯科 西村成弘医師

現在、日本人の死亡原因の第1位はがん、第2位は心臓病、第3位は脳卒中、第4位は肺炎です。肺炎で死亡する人の94%は75歳以上であり、その中で高齢者の肺炎の70%以上が誤嚥(ごえん)に関係しており、気道感染の主な疾患として誤嚥性肺炎があげられます。誤嚥性肺炎とは、口腔内の唾液や細菌が誤って気道に入り込むことで起きる肺炎で、誤嚥を起こしても「むせ」などの自覚症状がないことがあります。また、胃の内容物が嘔吐により気道に入った場合にも誤嚥性肺炎が起こることがあります。

口腔ケアとは口の中の汚れを取り除くケアと、口の機能維持・回復を目的としたケアがあります。自分自身で行うケア(セルフケア)として、うがいや歯磨き、義歯清掃や粘膜・舌の清掃などがあります。また歯科医師・歯科衛生士・介護職・看護職によるケア(専門的口腔ケア)として、口腔内の状況に合った口腔清掃のアドバイス・専門

的歯面清掃、口腔機能の維持・回復を図るケア、食介護への支援等があります。

口腔ケアによる誤嚥性肺炎の予防と、効果では①口腔と咽頭の細菌数減少②嚥下(えんげ)時間が短縮し、誤嚥の予防③舌や口唇など機能改善で食べる量が増加し栄養状態の改善などがあげられます。以上により、免疫能の向上につながるとされています。実際に口腔ケアを実施した人たちと実施しなかった人たちを比較すると、肺炎の発生率はおよそ40%減少させる効果があるとの事です。要介護高齢者においても口腔衛生状態を良好に保つことにより、誤嚥性肺炎を予防することが報告され、介護予防という視点からも注目されています。口腔ケアなどお口の事でわからない事あれば、お近くの歯科(歯科医師会会員)までお尋ねください。