



親と子の健康づくり

☎問健康づくり課母子保健班(☎63-8711)

場所：旭市保健センター(旧飯岡保健センター) ※子育て学級を除く。

種 別	期 日	対 象・内 容
健康 診 査	乳児健康診査	令和 3年 5月22日～ 6月14日生まれ
	1歳6か月児健康診査	10月13日(水) 令和 2年 2月21日～ 3月13日生まれ
		10月27日(水) 令和 2年 3月14日～ 4月 5日生まれ
	2歳児歯科健康診査	10月14日(木) 平成31年 3月27日～ 4月18日生まれ
		10月28日(木) 平成31年 4月19日～令和元年 5月 9日生まれ
	3歳児健康診査	10月20日(水) 平成30年 4月 4日～26日生まれ
相談 ※申込制	母乳相談	10月12日(火) 助産師による授乳方法の指導・相談
	育児相談	10月18日(月) 乳幼児の発育確認、言葉、食事、歯などの相談
教室 ※申込制	離乳食教室	10月21日(木) 対象：令和3年5月～6月生まれ 内容：離乳食の進め方など
	両親学級	10月 1日(金) 沐浴体験など
		10月19日(火) 妊娠中の過ごし方と注意点、お口と歯の健康、赤ちゃんとママの栄養
	子育て学級	10月 8日(金) 令和3年6月11日～8月20日生まれの第1子と保護者 内容：ベビーマッサージや育児の情報交換など 場所：いいおかユートピアセンター



健康インフォメーション

旭市大腸がん・前立腺がん・肝炎ウイルス検診のお知らせ

令和3年度の大腸がん・前立腺がん・肝炎ウイルス検診を下記の日程で実施します。申し込んでいる人で、まだ受けていない人は、忘れずに受けましょう。

※生活保護世帯、令和2年度市民税非課税世帯の人は、事前の申し込みで自己負担が免除になります。10月29日(金)までに健康づくり課窓口で手続きしてください。

対象者・自己負担金／●大腸がん検診：40歳以上(昭和57年3月31日までに生まれた人)、200円 ●前立腺がん検診：50歳以上男性(昭和47年3月31日までに生まれた人)、300円 ●肝炎ウイルス検診：40歳以上(昭和57年3月31日までに生まれた人で、過去に一度も受けたことがない人)、無料

検診期間／10月20日(水)～30日(土)

時間／午前8時30分～11時20分

会場／旧海上庁舎

※国保特定・後期高齢者健診と一緒に受けることができます。

☎問健康づくり課成人保健班(☎63-8766)

新型コロナワクチンと他の予防接種は間隔を空けて接種しましょう

新型コロナワクチンと、インフルエンザワクチンや他の予防接種との間隔は、2週間以上空ける必要があります。また、新型コロナワクチンの1回目と2回目の標準接種間隔は3週間(ファイザー社の場合)です。

インフルエンザワクチンや他の予防接種は、1回目の新型コロナワクチン接種予定日より2週間以上前に接種するか、2回目の新型コロナワクチン接種後2週間以上空けて接種してください。



予防接種 問健康づくり課(☎63-8711)

【集団接種】 場所：旭市保健センター(旧飯岡保健センター)

種 別	期 日	受付時間	対 象
BCG	10月6日(水)	13:15～13:40	生後5～12か月未満

【個別接種】 場所：各指定医療機関

種 別	対 象
ヒブ	生後 2～60か月未満
小児の肺炎球菌	生後 2～60か月未満
四種混合、ポリオ	生後 3～90か月未満
水痘	生後12～36か月未満
麻しん・風しん混合	1期：生後12～24か月未満 2期：平成27年4月2日～28年4月1日生まれ
日本脳炎	1期：生後6～90か月未満 2期：9～13歳未満 特例対象者：平成19年4月1日以前生まれの20歳未満で、接種していない人
B型肝炎	生後12か月未満
ロタウイルス感染症	ロタリックス：出生6週0日後から24週0日まで
	ロタテック：出生6週0日後から32週0日まで
成人男性 麻しん・風しん混合 (風しん抗体検査の結果が陰性の場合)	昭和37年4月2日から昭和54年4月1日までの間に生まれた男性 ※今年度で終了となります。
高齢者の肺炎球菌	65歳、70歳、75歳、80歳、85歳、90歳、95歳、100歳、60～64歳で心臓などに障害のある人 ※令和3年4月2日(金)～令和4年4月1日(金)に対象年齢になる未接種者に限り、3,000円を助成(助成は1回)。助成期間は令和4年3月31日(木)までです。

Healthy Square



健康ワンポイントアドバイス

口腔がんの基礎知識

日本では年間約7,900人が口腔がんで死亡しています。過去10年間で2倍以上増加し、約2万人がこの病気にかかっています。口腔がんの発生率は、がん全体からすれば約2%と少ないようですが、死亡率は子宮頸がんより高いといわれています(国立がんセンター・がん情報サービス1960年～2020年)。40年前は60歳以上で、喫煙、飲酒の習慣を持っている男性が多いと考えられていましたが、現在は女性が増え、男女比が3:2で、非喫煙者、非飲酒者にも発症すると報告されています。女性の社会進出、高齢社会、食生活の変化などが影響しているかもしれません。

口腔がんは歯以外のあらゆる部位で発生し、できやすい部位は舌(左右の側面に多く、表面にはほとんどできません)、下顎歯肉、口腔底(舌の下の部分)、上顎歯肉、頬粘膜、硬口蓋(口の天井にあたる部分)です。口腔がんは早期に発見し、治療を行えば95%以上の治癒率があります。いつも口の中に関心を持ち、セルフチェックを行い、清潔な状態を保ちましょう。

セルフチェックの方法

- ①鏡で口の中をよく観察する
- ②「いー」と言いながら上下の前歯の歯肉、唇をチェックする
- ③口を軽く開け、指で唇を引っ張り、上下の奥歯の歯肉、頬の内側をチェックする
- ④舌を前に突き出して表面、左右の側面をチェックする

気になる症状があれば相談を

次のような症状がある場合は要注意です。すぐに歯科医院を受診しましょう。

- 口内炎が2週間以上治らない
- 噛んだ傷がなかなか治らない
- 粘膜に赤や白のできものがある
- 硬いしこりや腫れがある
- 唇や舌に痛みやしびれがある

気になる場所がなくても、最低でも1か月に1度は自分で口の中を観察し、口の健康に留意しましょう。何らかの異常が出てしまったら、ためらわずにかかりつけの歯科医院に相談しましょう。

【一般社団法人 旭市歯科医師会】

旭中央病院便り



<https://www.hospital.asahi.chiba.jp/>
 旭中央病院 ☎63-8111・代表

地域向け広報誌「こんにちは」はインターネットでも見ることができます



地域向け広報誌「こんにちは」では、当院で行われている診療の紹介や、健康増進・病気の予防に関するアドバイス、連携医療機関のインタビューなどを掲載しています。

冊子を院内に配置しているほか、内容は病院ホームページからも見ることができます。



最新刊の内容(vol.30 2021年9月発行)

- 旭中央病院附属病理診断科診療所の紹介：遠隔病理診断センター長・東京大学名誉教授・前日本病理学会理事 長 深山正久医師
- リレーコラム：「地元愛」紫村治久副院長、「子どもの新型コロナウイルス感染症」北澤克彦院長補佐
- 医療最前線「耳鼻咽喉科」：耳鼻咽喉科 大戸弘人医師、海老原央医師
身近な耳鼻咽喉科疾患から当院で行われている高度専門医療まで、幅広く紹介しています。
- かかりつけ歯科医を持ちましょう：辻野デンタルオフィス(銚子市) 辻野貴史先生
- アクティビティレポート：旭中央病院附属看護専門学校
- 健康ノート「骨粗鬆症^{こつそしょうしょう}について～その2～」：整形外科 杉山宏医師
- やさしい医学講座「Q：退院後の在宅生活が不安です。『訪問リハビリテーション』について教えてください。」：リハビリテーション科 畠山悠輝理学療法士
- 新型コロナウイルス感染予防対策への協力をお願い