

## 健康のページ

総合保健福祉センター ☎86-0900  
 吉川健康福祉センター ☎72-2210

### 健診 対象者には10日前までに案内文を送付

#### 乳児集団健康診査

日 11月28日(水) 受付は午後1時～2時  
 場 総合保健福祉センター  
 対 平成30年7月生まれ  
 (平成30年6月生まれも受けられます)  
 次回の予定 12月26日(水)



#### 1歳6カ月児健康診査

日 11月15日(木) 受付は午後1時～2時  
 場 総合保健福祉センター  
 対 平成29年4月生まれ 次回の予定 12月13日(木)

#### 3歳児健康診査

日 11月16日(金) 受付は午後1時～2時  
 場 総合保健福祉センター  
 対 平成27年10月生まれ 次回の予定 12月14日(金)

## 母子

### 母子健康手帳の交付・妊婦健康診査費の助成

対 妊婦  
 持 領収書原本、印鑑、振込先の通帳、マイナンバーが確認できるもの、運転免許証などの本人確認ができるもの  
 母子健康手帳の交付と同時に妊婦健康診査費の助成申請も受付します。

### Enjoyマタニティ教室（クッキングコース）

日 11月13日(火) 午前10時～午後0時30分  
 場 総合保健福祉センター  
 対 市内に住民登録のある妊婦とその家族  
 費 200円  
 持 母子健康手帳、エプロン  
 申 ☎86-0900【要予約】

## 予防接種

### 麻しん風しん混合ワクチン（MRワクチン）第2期

対 平成24年4月2日～平成25年4月1日生まれの幼児  
 ▶ 接種期限 平成31年3月31日  
 期限を過ぎると、任意接種となり全額が自己負担（1～2万円程度）となります。予診票がない場合は、母子健康手帳をもって総合保健福祉センターまたは吉川健康福祉センターまでお越しください。

#### ●小児救急医療電話相談

子どもの急な病気やけがなど気軽に相談してください。看護師などが相談に応じます。

・北播磨小児救急医療電話相談センター  
 午後6時～10時（祝日・年末年始を除く）  
 ☎62-1371

## 相談

### 妊産婦・乳幼児健康相談

身体測定や育児・栄養・歯科などの相談  
 日 11月8日(木) 午後1時30分～2時30分  
 場・問 吉川健康福祉センター

### 乳幼児発達専門相談（すこやか相談）

子どもの言葉や発達、行動面の相談  
 日 11月13日(火) 午後1時～3時 申 ☎【要申込】  
 場・問 総合保健福祉センター

### 成人保健相談

医師・保健師・栄養士による相談、血圧測定、尿検査、血液検査（申 ☎、費 1,000円）など  
 日 ①11月14日(水) 午後2時～3時30分  
 ②11月19日(月) 午後1時30分～3時  
 場・問 ①吉川健康福祉センター ②総合保健福祉センター

### 歯と口の健康相談

歯科医師による健診・相談と歯科衛生士によるブラッシング指導  
 日 11月19日(月) 午後1時30分～3時  
 場・問 総合保健福祉センター

### 不妊・不育専門相談

妊娠しても流産を繰り返す習慣流産「不育症」に関すること  
 電話相談 ☎078-360-1388  
 日 11月17日(土) 午前10時～午後4時

### 面接相談【要申込】

日 ①11月10日(土) 午後2時～5時  
 ②11月6日(火)、12月4日(火) 午後2時～3時  
 場 ①(県)男女共同参画センター ②兵庫医科大学病院内  
 期 原則面談日の5日前まで 申 ☎078-362-3250

### 男性不妊専門相談

日 11月7日(水)、12月5日(水) 午後3時～5時  
 場 申込時にお伝えします  
 期 原則面談日の5日前まで  
 申 ☎078-362-3250【要申込】

## その他

### ファースト講習会（体力測定室の会員登録）

日 11月30日(金) 午後6時30分～9時30分  
 場 総合保健福祉センター  
 対 16歳以上  
 期 11月26日(月)まで  
 費 1,600円（登録証代含む）  
 持 運動ができる服装、室内用運動靴、タオル、飲料  
 申 ☎86-0900【要予約】  
 定 定員 16名



スマートフォン専用QRコード

#### ・兵庫県小児救急医療電話相談

月～土曜 午後6時～翌日午前8時  
 日曜・祝日・年末年始 午前8時～翌日午前8時  
 プッシュフォン・携帯電話・スマートフォン ☎#8000  
 ダイヤル回線・IP電話 ☎078-304-8899



## 休日当番医・小児科救急当番医・休日歯科診療

当番医および診療科目は変更する場合がありますので、当日の新聞または事前に医療機関へ確認してください。緊急時のみ利用してください。

休日当番医 日 午前9時～正午、午後1時～5時（受付：午後4時30分まで）  
 小児科救急当番医 日 火・木曜 午後6時30分～9時30分（受付：午後9時まで）  
 休日歯科診療 日 午前9時～正午（受付：午前11時30分まで）  
 場 休日歯科診療所（総合保健福祉センター内）☎86-0903 持 健康保険証



日	月	火	水	木	金	土																							
1 【内】内科【小】小児科【循】循環器科【呼】呼吸器科 【整】整形外科【精】精神科【神内】神経内科【外】外科 【眼】眼科【耳】耳鼻咽喉科【皮】皮膚科 【消内】消化器内科【循内】循環器内科【呼内】呼吸器内科 【脳外】脳神経外科【ア】アレルギー科 藤本クリニック 緑が丘町西2丁目 ☎85-6262	2	3 休日歯科診療 【内・循・呼】岸本医院 福井1丁目 ☎83-3008 【皮】さかい皮膚科クリニック 別所町小林 ☎87-8080	4 休日歯科診療 【精・神内】羽賀神経内科医院 志染町自由が丘1丁目 ☎85-1050 【内・消内・外】ほりい医院 志染町青山2丁目 ☎85-9914	5	6 かわい子どもクリニック 志染町中自由が丘1丁目 ☎85-8466	7	8 小児科神沢クリニック 福井3丁目 ☎83-5950	9	10	11 休日歯科診療 【内・循内・呼内】もり内科循環器科クリニック 末広1丁目 ☎86-8500 【内・外・脳外】正木脳外科クリニック 平田1丁目 ☎81-1155	12	13 藤本クリニック 緑が丘町西2丁目 ☎85-6262	14	15 小児科神沢クリニック 福井3丁目 ☎83-5950	16	17	18 休日歯科診療 【小・ア】かわい子どもクリニック 志染町中自由が丘1丁目 ☎85-8466 【外】吉川病院 吉川町稲田 ☎72-0063	19	20 小島医院 末広1丁目 ☎82-1057	21	22 藤本クリニック 緑が丘町西2丁目 ☎85-6262	23 休日歯科診療 【内・外・消内】多田クリニック 末広3丁目 ☎86-7877 【耳】こじま耳鼻咽喉科 末広1丁目 ☎83-8350	24	25 休日歯科診療 【内・整・外】三木山陽病院 志染町吉田 ☎85-3061 【眼】たにかわ眼科 別所町小林 ☎85-6600	26	27 宮崎小児科内科医院 大村 ☎82-2131	28	29 かわい子どもクリニック 志染町中自由が丘1丁目 ☎85-8466	30

## タバコと歯周病の深～い関係

愛煙家の方には耳の痛いお話をします。タバコは皆さんご存知のとおり、肺がんをはじめ多くのがんと関連があります。また心筋梗塞・脳梗塞などの動脈硬化や、肺気腫などにも大きく関与しています。しかしこれだけではなく、実は歯を失うリスクも高くなるということがわかっています。これはタバコに含まれるニコチン・タール・一酸化炭素といった有害物質が歯肉の細胞にダメージを与えたり、歯肉の血管を収縮させたり、免疫細胞の機能を低下させたりすることにより細菌の増殖を助長し、結果的に歯周病の悪化を促してしまうためです。タバコを吸う人と吸わない人が同じように歯周病の治療やケアを受けても、こういった原因によ

って治ろうとする生体の反応がうまく働かないために、タバコを吸う人は吸わない人に比べて治りが悪いのです。ある外国で販売されているタバコのパッケージには、歯周病で歯肉がやせて今にも歯が抜けてしまいそうな写真が印刷されているものがあります。「タバコを買う人は歯周病のリスクを了承のうえ喫煙してください」というわけです。

歯を失うことは思っている以上に辛いものです。しかし禁煙をすれば歯肉は健康に戻ろうとし、歯周病の進行も緩やかになります。遅すぎるということはありません。歯を失う前にぜひ禁煙をお勧めします。

歯科医師会から  
 問 ☎86-1622