



健康インフォメーション

Health Information



↑子どもの予防
接種はこちら

★★★7月の保健センター 行事・健診★★★

	日／曜	受付時間	備考
離乳食後期講習会 (かみかみクラス)	2日㊥	郵送される個別通知をご確認ください。	対象：令和6年10月生まれの親子 内容：離乳食についての講話、 歯科衛生士によるお口の話
4か月児健診 (令和7年2月6日～2月28日生)	3日㊥	郵送される個別通知をご確認ください。	内容：身体測定、内科健診、個別相談、 絵本の紹介
1歳6か月児健診 (令和5年11月21日～12月18日生)	30日㊥	郵送される個別通知をご確認ください。	内容：身体測定、内科・歯科健診、 フッ化物塗布、個別相談
2歳児歯科健診 (令和5年5月23日～7月7日生)	29日㊥	郵送される個別通知をご確認ください。	内容：歯科健診、歯みがき指導、 フッ化物塗布、個別相談
3歳児健診 (令和4年2月4日～2月28日生)	1日㊥	郵送される個別通知をご確認ください。	内容：尿検査、屈折検査、身体測定、 内科・歯科健診、フッ化物塗布、 個別相談

*対象者には、概ね健診日の1か月前に通知を郵送します。

*詳細は町ホームページ、郵送される個別通知をご覧ください。

★★★7月の保健センター 相談★★★

	日／曜	受付時間	備考
母子健康手帳交付	7日㊥ 14日㊥ 22日㊥ 28日㊥	午前9時45分～10時	内容：母子健康手帳交付説明会、健診受診票交付、 妊娠中の生活の話、個別相談など 持ち物：妊娠届出書 裏面に記載してある持ち物をお持ちください。 そのほか：都合の悪い人、外国籍の人はご連絡ください。
こんにちは 赤ちゃん訪問		随時	対象：生後4か月未満の赤ちゃんのいる全家庭 内容：赤ちゃん訪問員（地域の先輩ママ）による、地域の子育て情報の提供・絵本のプレゼント・心配や困っていることなどの聴取（心配事には、後で保健師などが連絡し、相談に応じます）。 *電話連絡後に訪問（電話番号が分からない場合は、直接伺う場合もあります）。転入などで赤ちゃん訪問連絡票を出されていない人は、電話連絡をお願いします。
助産師などによる 新生児等訪問相談		随時（電話予約が必要です）	対象：生後2か月未満の母子 内容：助産師または保健師の家庭訪問による個別相談、母乳に関する悩み・授乳・育児・産後の体・生活、母の気持ちなどの相談・指導
母乳相談	24日㊥	午前9時～11時	対象：生後3か月未満の母子（予約制） 内容：母乳授乳量測定、授乳相談
乳幼児健康相談	9日㊥	午前9時30分～11時	対象：乳幼児（予約不要です。受付時間内に自由にお越しください。） 内容：保健師・栄養士による、育児・健康相談
成人健康相談		随時（電話予約が必要です）	健康に関すること全般（栄養相談も含む）

*各種相談は、電話でも随時受け付けています。必要時には、家庭訪問指導も行います。

*乳幼児健診、歯科健診、予防接種、母乳相談、乳幼児健康相談、離乳食講習会には、必ず母子健康手帳をお持ちください。

第2回

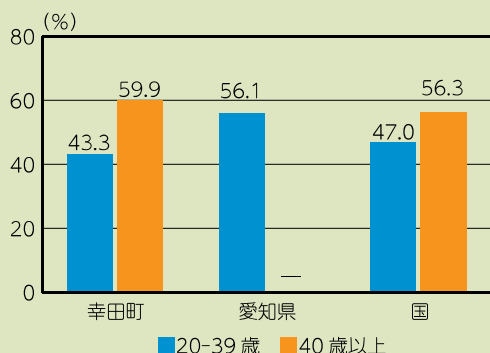
健康 コラム

健口（けんこう） ～からだの健康は口から～

お口のお手入れが全身の健康にも影響していることをご存じですか？ 近年、歯周病が糖尿病や大腸がん、認知症など、さまざまな身体の病気と関係があることが判明しています。また、歯周病やむし歯によって歯を失ったままにしておくと、体の筋力バランスが崩れ、転倒しやすくなることも判明してきました。

☆口の中の健康を保つためにも年に1度は定期健診を受けましょう！

年1回以上歯の健診を受けている人の割合



歯の健診を受けている人は、
20-39歳では
愛知県や国よりも低い
40歳以上は国よりも高い

(出典)

幸田町：「健康づくりに関するアンケート調査」(令和5年度)

愛知県：「第3期健康日本21あいち計画2024-2035」(令和6年)

(令和4年愛知県生活習慣関連調査)

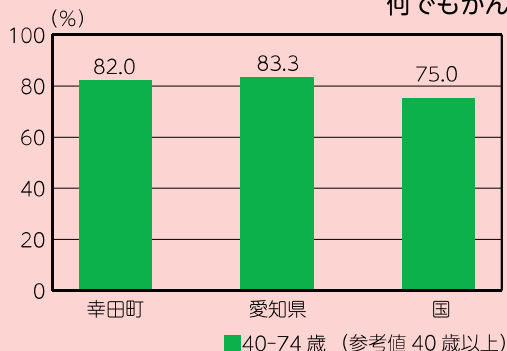
国：厚生労働省「歯科疾患実態調査」(令和4年)



☆いつまでも自分の好きなものを食べるためにオーラルフレイル対策をしましょう！

オーラルフレイルとは、口の機能の健常な状態（いわゆる『健口』）と『口の機能低下』との間にある状態です。オーラルフレイルであると、将来のフレイル、要介護認定、死亡のリスクが高いことが判明しています。

何でもかんで食べることができる人の割合



約8割の人が何でもかんで
食べることができる

(出典)

幸田町：「健康づくりに関するアンケート調査」(令和5年度)

愛知県：「第3期健康日本21あいち計画2024-2035」(令和6年)

(2020年厚生労働省NDBオープンデータ)

国：厚生労働省「令和元年国民健康・栄養調査」より算出



オーラルフレイルの自己チェックをしてみよう！

質問項目	該当	非該当
歯は何本ありますか	☐ 0～19本	☐ 20本以上
半年前と比べて固い物が食べにくくなりましたか	☐ はい	☐ いいえ
お茶や汁物でむせることがありますか	☐ はい	☐ いいえ
口の渇きが気になりますか	☐ はい	☐ いいえ
普段の会話で、言葉をはっきりと発言できないことがありますか	☐ はい	☐ いいえ

☆2つ以上該当項目にチェックがつくとオーラルフレイルです！！ その場合はかかりつけ医に相談しましょう。

* 出典 オーラルフレイルに関する3学会合同ステートメント

いつまでも元気で、おいしく食べられるように“健口”をめざしましょう



← 歯の健康情報
はこちら

問合せ 健康課 健康増進グループ(内線182) FAX62-8217