歯と口があってこそ。この機会に歯と口の健康を見直しましょう。

口腔疾患は、さまざまな全身疾患と密接な関連があります。そのため、口腔の健康状態を維持・改善するための歯科治療は、全身の健康状態の維持にとって欠かせないものです。

【利根町の歯周疾患検診】

歯を失う原因の多くは、歯周病です。自覚症状がなく、放置すると、歯がグラグラしたり、抜け落ちてしまいます。放置せずに、歯磨きなどの自己管理に加えて、定期的な検診と歯のクリーニングで歯周病を予防しましょう。

歯周病検診は、10年に1度の節目検診です。今年度は、令和9年3月31日現在で、20歳・30歳・40歳・50歳・60歳・70歳の方が、町内契約歯科医院にて、500円で歯周疾患検診を受けることができます。

※対象者には5月1日に受診券を送付しました。

みんなに知ってほしい飲酒のこと

～厚生労働省が健康に配慮した飲酒に関するガイドラインを作成～

お酒が全く飲めない人がいる一方で、たくさん飲める人もいます。これは、アルコールを分解する酵素であるADH1Bと、アルコール分解により発生する有害物質アセトアルデヒドを処理するALDH2の、どちらがより活性であるかに関係し、それは本人の遺伝子により左右される先天的な要素です。

一般的に、ADH1Bが不活性の場合、有害なアセトアルデヒドの発生が遅くなるので、お酒で顔が赤くなりにくく、お酒をたくさん飲める傾向にあります。しかしながら、この場合、アルコールが体内に残りやすく、アルコール依存症になる割合が高いことが分かっています。

また、年齢・性別・体質などによって、アルコールが与える影響は異なります。

○20歳代の若者　脳が発達途中であり、健康問題のリスクが高まる可能性があります。

○高齢者　体内の水分量が少ないため、若いころと同じ飲酒量でも、アルコールの影響が強く現れます。

○女性　一般的に、男性と比べて体内の水分量が少なく、分解できるアルコール量が少ないため、アルコールの影響を受けやすいことが知られています。

※詳しくは、左記二次元コードの飲酒ガイドラインをご確認ください。

厚生労働省
飲酒に関する
ガイドライン

骨の健康チェックはしていますか？症状がない「今」が、骨の状態を確認するタイミングです

骨粗しょう症は、骨がもろくなり、転倒などのわずかな衝撃でも骨折しやすくなる病気です。特に女性は、閉経前後から女性ホルモンの減少に伴い、骨量が減少しやすくなります。

要介護状態になる原因には転倒・骨折があり、骨折をきっかけに、これまでできていたことが難しくなる場合があります。

検診を受けて「今の自分の骨」を知る。それだけでも、これからの生活を見直すきっかけになります。まずは、検診を受けてみませんか？

▼骨粗しょう症検診対象者

令和9年3月31日現在　40歳～70歳の5歳刻み年齢の女性（12月初旬に対象の方へ個別通知）

※対象外の場合で、心配な方は医療機関の受診をお勧めします。

▼検診日　令和9年2月2日㈫・3日㈬

▼予約

・web予約　令和9年1月6日㈫より開始

・電話予約　令和9年1月7日㈭より開始

利根町保健福祉センター

☎0297-68-8291

午前8時45分～正午／午後1時～5時（平日）

※定員になり次第締め切ります。

※検査方法、自己負担金、受付時間については令和8年度こころの健康づくりカレンダー9ページをご確認ください。

骨粗しょう症検診
Web予約
二次元コード

◆各種相談　令和8年11月～12月の日程

▶場所：利根町保健福祉センター

	日　程	予約方法	予約時間	内　容
口腔相談	11月24日（火）	前日までに予約	9：30～13：45	歯科衛生士による口腔機能相談
精神保健相談	12月8日（火）	1週間前までに予約	13：30～15：45	専門職による精神保健相談
ヘルシー相談	12月9日（水）	1週間前までに予約	9：00～12：00	管理栄養士による栄養相談
もの忘れ相談	毎週水曜日	前日までに予約	13：30～15：30	もの忘れが気になる方などの相談