



# 保健センター事業紹介

## PART3

～シリーズ第3回目は、老人保健事業の紹介です。  
今回は、『成人歯科相談』と『子宮がん検診』をご紹介します～

元気で長生きの秘訣は  
歯の健康から

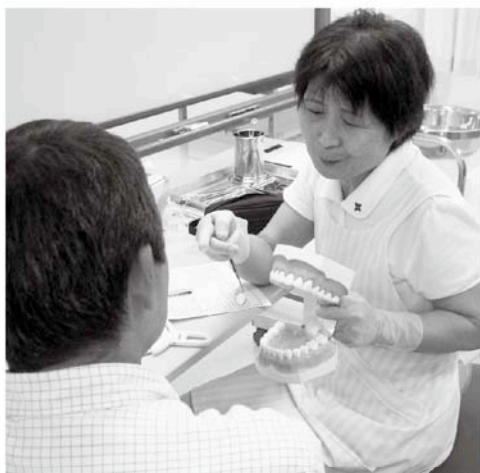
### ★成人歯科相談

町では今年度より40歳以上の方を対象に、成人歯科相談を行っています。

内容は、問診、咀嚼力(そしゃくりよく)テスト、義歯や歯肉のチェック、ブラッシング指導等です。完全予約制で、歯科衛生士が個別相談を行いました。

参加された皆さんの中には、『定期的に歯医者に通っているけれど、今のままで良いのか心配』と言う方から『80歳を過ぎていてるけれど、自分の歯が今何本あるのか調べてほしい』と言う方まで様々な疑問や質問が出ました。

歯科衛生士も一人一人の相談に応じ丁寧に指導を行いました。受診された方からは『細かくじっくり話を聞いてくれ、丁寧でわかりやすいアドバイスをしてくれたので大変良かった。』等の声が聞かれました。



歯科衛生士から、次のアドバイス頂きました。「歯については、皆さん、痛い、歯がグラグラする、等の症状が出てから受診される方が多いのですが、普段から歯周病予防に心を持って歯の手入れをする事が大切です。ブラッシングの方法も、利

き腕、クセ、歯並びの状態等から注意するポイントが個人個人で異なります。時間をかけて磨いていても、十分に汚れが落ちていない場合があります。歯と歯ぐきの間や歯と歯の間にきちんと歯ブラシが届いているか、歯磨きの際に鏡で確認してみてください。また歯ブラシの他にフロスや歯間ブラシ等を一緒に使い、より確実なケアが出来るよう工夫してみてください。」

歯周病は病気としては軽視されがちですが、心身共にいつまでも元気であるためには歯の健康は必要不可欠です。次回の成人歯科相談は平成21年1月16日を予定しております。皆さんの参加をお待ちしております。

20歳からの定期検診で  
がん予防

### ★子宮がん検診

9月にちば県民保健予防財団から検診車1台が来て、子宮がん検診を実施しました。これまでは30歳以上の女性を対象に行っていましたが、若年層にも子宮がんが増えてくることから、平成17年度より対象年齢を引き下げ、20歳以上の女性を対象に行っています。

今年度の健診は724名の方が受診しました。「子供がいるから検診に行くのは無理」と言う方もいらっしゃるとは思いますが、待合室で待っているのが難しいお子様連れの方には、母子相談室(子供が遊べる部屋)を開放したり、検診車で検査を受ける間は、スタッフがお子さんをお預かりしたりしていますので、是非お子様連れでも受診にいらして下さい。

「私は自覚症状がないからがんではない」とおっしゃる方もいますが、早期がんの段階では自覚症状がほとんどありません。町でのがん検診は若年層の受診率が低い傾向にありますが、早期発見・早期治療のためにも若いうちから定期検診の習慣を身につけて欲しいと思います。