

保健福祉センターだより

2024.6.20 No.102



早く安く痛い思いをすることなく

金ヶ崎歯科診療所 歯科長 たか はし みち のり 高橋 通訓

6月は歯の衛生週間があるのでお口の話です。日常診療している中で、かなり虫歯が悪くなってから受診する患者さんに、どうして気がついていたのに早く来なかったの？と聞くと「今まで痛くなかったから」「忙しかったから」「歯医者に行くのが怖いから」という言葉をよく耳にします。日本は先進国で、医療も他国に比して数も中身も高いレベルにあります。しかし、高齢者の残存歯数や口腔衛生状態は決してそれに見合ったものではありません。なぜでしょうか？

その理由のひとつが日本では「医療費の本人負担がすごく安いことだ」と言われています。そのことが痛くなったら、困ってから行けばいい、という予防軽視の思考になるのです。これからの少子高齢化、医療費を含む社会保障費が膨らむ中、ひとりひとりの自覚を変えていかないと、ひどくなってから来院する患者さんが減ることはないでしょう。

痛くなった虫歯は神経を取らなければなりません。治療に多くの時間とお金がかかるだけでなく、神経を取らずに済む状態の時に治療すれば、もっと早く安く良い状態で残すことができます。患者さん自身が支払う治療費は2、3割でも、残り全てはみんなが負担しているのです。

歯の喪失原因1位の歯周病は、自覚症状が殆どありません。重度歯周病で来院する初診の患者さんの多数が、町で費用を負担している成人歯科検診の案内が来ていることは知っていたけど、検診は受けていなかったと答えています。歯周病は若い時からの警戒が大切です。

口の中は自らが直接鏡で見て、触れて、清掃できる体の内部です。「病の入り口」とも言われる口の中にもっと関心を持ち、予防と検診、早期治療を心がけましょう。



こんにちは！訪問看護です

「訪問看護」は病気や障がいを持った人が住み慣れた地域で、その人らしく療養生活を送れるように看護師が生活の場へ訪問し、医師の指示のもとに看護ケアを提供し安心して生活を送れるよう支援するサービスです。

具体的には、病状の観察・在宅療養のお世話・薬の相談や指導・医師の指示による医療処置・ご家族等への介護支援や相談などを行います。

訪問看護を利用したい場合は、かかりつけ医・ケアマネジャーまたは、当訪問看護ステーション（金ヶ崎診療所内）にご相談ください。

【問】金ヶ崎町訪問看護ステーション Tel 44-2121



金ヶ崎町健幸ポイント

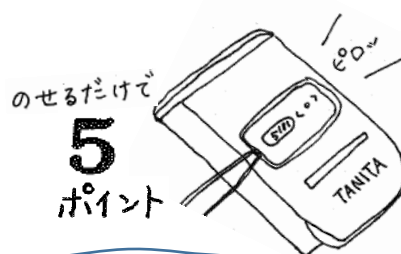
金ヶ崎診療所入口に歩数送信機器リーダーライターを設置しました。受診のついでに送信ができます。

こんな人におすすめ！

- 医師からウォーキングを勧められている人
- 体力に不安を感じている人

こんなこともできます

- 活動量計（初回無料配布）では消費エネルギーも確認できます
- 体脂肪や筋肉量をグラフ化して確認できます
- データに基づき管理栄養士または保健師による助言を受けられます



運動不足の人は、ひとまず 5,000 歩を目指すと健康効果が期待できます

【申込・問】元氣 100 歳健康支援係

集団検(健)診 始まっています



◆これから受ける人

日時、会場、持ち物を確認しましょう。
記入漏れの無いよう受験票を記入してください。

◆受け終わった人

結果が届いたら、すぐに確認しましょう。
要精密検査の人 自己判断せずに必ず医療機関を受診してください。
異常なしの人 次回も忘れずに受診してください。

【申込・問】元氣 100 歳健康支援係

診療所

受診の際は**マイナンバーカード**をご利用ください



令和 6 年（2024 年）12 月 2 日から、現行の保険証は発行されなくなります

国保金ヶ崎診療所・歯科診療所でもマイナンバーカードを健康保険証としてご利用いただくことができます。受診の際はマイナンバーカードをご持参ください。

＜診療日・診療時間＞※歯科診療所は土曜日休診

	月	火	水	木	金	土
午前	○	○	○	○	○	第 2・第 4
午後	○	○	○	○	○	

【受付時間】

- ◆ 午前： 7 時 30 分から 11 時 30 分
 - ◆ 午後： 13 時 30 分から 16 時 30 分
- 内科・外科では、会社員、学生等を対象に月曜日～金曜日の午前 8 時から早朝診療を行っています。

次の診療科の診療日は以下のとおりです。電話等でご予約のうえお越しください。

- 呼吸器内科 毎週 月曜日 午前
 - 神経内科 毎週 火曜日 午後
 - 整形外科 毎週 木曜日 午後
 - 眼科 毎週 月曜日 午後
 - 循環器内科 毎週 木曜日 午前
 - 婦人科 月 2 回木曜日 午前／月 2 回金曜日 午前
- 金ヶ崎診療所 TEL. 44-2121 金ヶ崎歯科診療所 TEL. 44-2842

発行 金ヶ崎町保健福祉センター