

受けよう検診！つくろう健康！

区では、職場などで検診機会のない区民の方を対象に、各種がん検診などを行っています。40歳以上の方と⑤・⑬の対象の方には検診の案内を、それぞれ6月中旬～下旬に郵送します。詳細は区HPをご覧ください。

- ▶対象 下表参照。対象年齢は令和3年4月1日から令和4年3月31日までの誕生日における年齢
- ▶費用 自己負担有り(⑩・⑬を除く)。医療機関でお支払いください
- ※生活保護か中国残留邦人等支援給付受給中の方は自己負担免除
- ▶申込方法 実施医療機関へ直接申し込み。6月25日から予約受け付け
- ▶問合先 健康づくり課健康づくり担当 ☎5744-1265 FAX5744-1523

検診(健診)名	対象年齢など	◎自己負担額	実施期間
①胃がん検診(エックス線検査)	40歳以上	1,000円	7月1日～ 令和4年2月28日
②胃がん検診(内視鏡検査)	50歳以上	1,500円	
③肺がん検診	40歳以上	500円 ◆かくたん検査：+500円	
④大腸がん検診	40歳以上	200円	
⑤子宮頸がん検診	20歳以上の女性	偶数年齢=500円 ◆体がん検診：+500円 奇数年齢=2,000円 ◆体がん検診：+2,000円	
⑥乳がん検診	40歳以上の女性	偶数年齢=500円 奇数年齢=4,000円	
⑦喉頭がん検診	40歳以上(喫煙などの受診要件有り)	500円	

検診(健診)名	対象年齢など	◎自己負担額	実施期間
⑧眼科(緑内障等)検診	40・45・50・55・60・65・70歳	500円	7月1日～12月31日
⑨前立腺がん検診※	60・65・70歳の男性	無料	6月1日～ 令和4年3月31日
⑩B型・C型肝炎ウイルス検診※	40歳以上で過去に未受診の方		
⑪39歳以下基本健康診査	18～39歳	1,400円	7月1日～12月31日
⑫骨粗しょう症検診	40・45・50・55・60・65・70歳の女性	500円	7月1日～ 令和4年2月28日
⑬成人歯科健康診査	20・25・30・35・40・45・50・55・60・65・70・76・80歳	無料	7月1日～ 令和4年1月31日

◆=医師が必要と判断した場合のみ実施します
 ※=特定健診などを受ける方で希望する場合は同時に受診してください
 ◎=自己負担金免除の対象要件が一部変更となります。詳細は検診案内をご覧ください

今から始める健康づくり キラリ☆健康おた

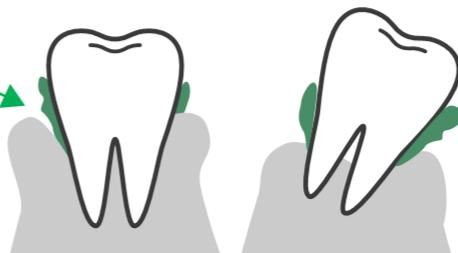
Vol.34

お口のケアは
全身のケアに
つながる!

歯肉に何かしらの異常がある日本人は約70%に達し、特に働き盛りの中高年の80%が歯周病にかかっているといわれています。令和元年度の大田区の成人歯科健康診査の結果では、受診者のうち、進行した歯周病の方は、30歳代で半数おり、年齢が上がると徐々に増加します。



「歯周病」は、歯の周囲の歯垢(プラーク)の中に含まれる細菌(歯周病菌)が引き起こす病気です。歯周病が進行してくると、歯と歯肉との間に溝ができます。この溝を「歯周ポケット」と呼びます。



健康な歯肉の間隙は、1～2mmですが、4mm以上の溝(歯周ポケット)があると、歯周病が進行してきているため、精密検査や治療が必要となります。

歯周病が全身に与える影響

歯周病菌が血管内に入り込み、糖尿病や心不全、動脈硬化などさまざまな病気に影響を及ぼします。特に、歯周病は、糖尿病の合併症の一つで相互に関係があります。



歯周病を予防することは、単に口の健康を維持するだけでなく、全身の健康を維持することにつながります。毎日のセルフケアと、歯科医による定期的なプロケアが大切です。丁寧な歯磨きを心がけ、お口のことを相談できる「かかりつけ歯科医」を持ちましょう。

次のような症状があったら、歯周病の可能性あります。歯科医療機関で相談をしてみましょう。

- 朝起きたときに、口の中がネバネバする
- 歯磨きのときに出血する
- 硬いものが噛みにくい
- 口臭が気になる
- 歯肉がときどき腫れる
- 歯肉が下がって、歯と歯の間に隙間ができてきた
- 歯がグラグラする

みる・きく・まなぶ

区民のひろば

掲載の催しは区の主催ではありません。ご自身の責任で参加してください。

●=参加費など ㊦=申込先か問合先 ※費用の記載がないものは原則無料

- 掲載申し込み=催し名、サークル名、日時、場所、講師名、費用、問合先の氏名・〒住所・電話番号・区報6月1日号の感想(最も関心があった記事、1面の感想など)を明記し、〒144-8621大田区役所広聴広報課「区民のひろば」係へ
- 締切=掲載月2か月前の15日必着
- 開催日や申込締切日が1～9日までのものは前月の1日号、10日以降のものは当月の1日号(1月のみ1～14日のものを12月1日号、1月15日～2月9日のものを1月11・21日号)に掲載します。
- 掲載できないもの①営利目的や売名目的、講師が主催する教室と認められるもの②政治・宗教関係③同一の人物が団体の、前回の掲載から6か月経過していない催し④会員の募集が目的のものなど ※令和3年8月1日号に掲載する場合、次に掲載できるのは2月1日号です
- 紙面の都合で全てを掲載できない場合があります。
- サークル会員募集=今年度は申し込みを10月1日から受け付けます。締め切りは、11月30日必着です。令和4年3月21日号にまとめて掲載します。

◆ご近所でハワイの風を感じてみませんか?フラダンス初心者向け体験会
 6月11・18日①午前10時～11時15分 ②午前11時30分～午後0時45分、鶴の木駅近くの会場で。先着各5名。電話で☎500円 ㊦草野☎090-9326-1890
 ◆ウクレレ無料体験会
 シニア、初心者可。6月11・13・16・18・19・23日、午後2時30分～4時30分、大田文化の森で。先着各4名(1人1回まで)。電話で㊦松尾☎070-4410-2318

◆行政書士・税理士・司法書士・社会保険労務士合同無料相談会
 相談全般・遺言書・相続税・登記・助成金など。6月27日(日)午前10時～午後4時、萩中集会所で。電話で㊦野武☎090-4521-9336
 ◆将棋を覚えよう
 6月13・27日、7月4日、午後1時～5時、羽田地域力推進センターで。当日会場へ☎090-8487-0447服部
 ◆クラシックギター基礎講座(3日制)
 クラシックギター持参。6月15・22・29日、午後7時～9時、萩中一丁目の会場ほかで。先着10名。6月14日

までに電話で☎500円(3回分)㊦坂田☎3744-0978
 ◆真向法体操無料体験会
 股関節中心のストレッチ。6月23日(水)午前10時～11時、田園調布せせらぎ館で。先着10名。電話で㊦開米(かいまい)☎090-8315-4921
 ◆おたの街コン「愛に恋」
 おおむね25～50歳の男性とおおむね20～45歳の女性。弁当と飲み物付き。7月3・10日、午後6時～8時、蒲田駅近くの会場で。抽選で各18名。6月18日までに電話で☎5,000円㊦熊登御堂(くまのみどう)☎080-3414-4424