

目指しましょう！

健口生活



6月4日から10日まで「歯と口の健康週間」です。むし歯や歯周病などにかかると、食べ物をよくかめず、唾液の減少や口臭の原因につながります。生涯を通していきいきと生活するためにも、お口の健康を考えてみましょう。

40・50・60・70歳の皆さん！
口の中の2大疾患である“むし歯”と“歯周病”の検査や指導が受けられるよ。昨年の検診結果は、約8割の人（自覚症状のない人を含む）が「要医療」の判定だったよ。



成人歯科(歯周病)検診

健康づくり課 ☎(50)1235

- 対象 40・50・60・70歳の市民（平成28年4月1日現在）
- ◇40歳（昭和50年4月2日～昭和51年4月1日生まれ）
- ◇50歳（昭和40年4月2日～昭和41年4月1日生まれ）
- ◇60歳（昭和30年4月2日～昭和31年4月1日生まれ）
- ◇70歳（昭和20年4月2日～昭和21年4月1日生まれ）
- 期限 12月31日(土)（休診日を除く）
- 場所 指定歯科医院（申し込み後、個別通知で案内）
- 内容 むし歯・歯周病の検査、検診結果説明、歯みがき指導、簡易的クリーニング（歯石除去は含まず）
- 費用 無料
- 申込 健康づくり課

76歳の皆さん！
今年度から始まった健診だよ。かみ合わせや舌の動き、飲みこむ力も診てくれるよ。長寿健康はお口の健康から！



歯科口腔健診

市民課 ☎(50)1228

- 対象 後期高齢者医療保険に加入している76歳の市民（昭和15年4月2日～昭和16年4月1日生まれ）※5月中に個別に通知済み
- 期限 10月31日(月)（休診日を除く）
- 場所 指定歯科医院
- 内容 歯と歯肉の診査、むし歯、歯周疾患の予防法など
- 費用 無料
- 申込 直接、指定歯科医院へ予約してください

むし歯・歯周病 予防ポイント

- ◇食べたらずくを習慣に
- ◇糸ようじや歯間ブラシなどの補助用具を上手に活用
- ◇フッ素の使用
- ◇歯科医院での定期検診

自分のからだとの 上手なつきあい方⑬

特定健診で 腎機能チェックを!

市民課 ☎(50)1228

昨年度から特定健診に腎機能検査「クレアチニン」が追加されました。腎臓は、高血圧や糖尿病などの血管や血液に損傷を与える病気と関連が深い臓器で、重症化すると慢性腎臓病となり、人工透析になる可能性が大きくなります。香取市は、千葉県の他の地域に比べて、血圧や糖尿病の検査値が高い状態です。30歳・40歳代で生活習慣病が重症化し、50歳過ぎから人工透析になることもあるため、今年度から国民健康保険に加入している人は、20歳から受診対象となりました。

若い時から、腎臓に負担をかけないために、「バランスのとれた減塩食」「疲れをためない」「排尿を我慢しない」などに心掛け、自分の身体をいたわりましょう。腎臓の病気は進行するまで、あまり自覚症状がありません。特定健診を受診して自分の腎臓の働きを確認してみてください。

■必要書類
受給者（保護者）がサラリーマンなどで厚生年金などの加入者である場合
受給者（保護者）の健康保険被保険者証の写しなど
平成28年1月2日以降に転入した場合
平成28年1月1日現在の住所地の平成28年度課税証明書（前住所地の市区町村民税担当課で発行）
受給者（保護者）が養育する児童と別居している場合
別居監護申立書
※児童の住所が市外の場合は、児童の世帯全員の住民票の写しが必要

6月30日(木)まで

児童手当の受給には 現況届の提出が必要です

子育て支援課 ☎(50)1257

パブリックコメント

あなたの意見をお聞かせください

佐原中央図書館 ☎(55)1343

市では、基本的な施策などを策定する際に、その案を公表して意見を募集し、寄せられた意見を考慮して意思決定を行う「パブリックコメント制度」を実施しています。この制度に基づき、意見を募集します。

香取市子どもの読書活動推進計画 第二次(案)

資料の概要

子どもが自主的に読書活動を行うための環境整備を推進する観点から基本的方向と具体的な方策を示すため、平成14年に「子どもの読書活動の推進に関する基本的な計画」が閣議決定されました。市においても子どもの読書活動の推進の状況に応じた「子どもの読書活動推進計画」を策定します。

■募集期間 6月10日(金)～7月8日(金)

資料の公表

佐原中央図書館、小見川図書館、市役所・各支所1階情報コーナーで閲覧できるほか、市ホームページでも閲覧できます。

提出方法

氏名・住所・電話番号を明記の上、佐原中央図書館、小見川図書館まで持参するか、郵送、ファクス、メールのいずれかで佐原中央図書館へ提出してください（電話での応募は不可）。用紙は、各閲覧場所に設置してあるほか、市ホームページからダウンロードできます。

提出先

佐原中央図書館
〒287-0003 佐原イ211
☎(55)1342
✉toshokan.sa@city.katori.lg.jp

