

歯科検診を 受けましょう



こ
ん
に
ち
は
保
健
師
で
す



岡本保健師です

歯や口の中の健康は、食へることに限らず、様々な病気と関係しています。

歯が痛くなつてから受診するよりも、早めにおし歯の処置や歯石除去、歯肉炎のチェックをしてもらうことで、歯の健康を守ることができます。

また、入れ歯をご使用の方は、入れ歯の様子を確認してもらうだけでなく、歯茎の腫れや舌の状態を診てもらうことをお勧めします。口の中の健康を保つことは、認知症予防や肺炎予防、生活習慣病予防にもなると言われています。

定期的に歯科検診をする場合、検診の間隔は一人ひとりの口の中の様子により異なりますが、しばらく歯科検診を受けていない方は、年に一度の歯科検診を受けてください。

占冠村では、歯と口の中の健康のために、歯科

検診を無料で受けられる助成事業を行っています。

検診には、成人歯科検診と後期高齢者歯科口（こう）くう検診があります。検査の内容は、口くう内の状況検査、歯周疾患検査、歯垢検査、衛生指導です。

成人歯科検診

【対象年齢】

翌年3月末日までに40歳、50歳、60歳、70歳になる方

【料金】

無料

後期高齢者 歯科口くう 検診

【対象年齢】

75歳以上の後期高齢者

【料金】

無料

後期高齢者歯科口くう検診は、毎年行っています。基本健康診査と同じく毎年受け口の中の健康

チェックを行ってください。

申込み方法

検査を希望する方は、次の順序で予約を進めてください。

① 予約前の準備

（成人歯科検診の場合）
年度初めに、住民課から問診票を送っていただきます。問診票をお手元にご用意ください。ない場合は、住民課（56・2122）へご連絡ください。

（後期高齢者歯科口くう検診の場合）
住民課（56・2122）へご連絡ください。お名前と年齢、住所をお伝えください。後日、郵送で問診票を送ります。

② 歯科検診の予約

歯科診療所へのご予約は各自で電話をお願いします。

予約時には「役場で案内された歯科検診を希望しています」とお伝えください。

【占冠村歯科診療所】

月・火・木・金曜日
電話 56・2537
【トマム歯科診療所】
水曜日
電話 57・2239

③ 検診当日

問診票に必要事項をご記入の上、ご持参ください。

検診以外に治療が必要になる場合があります。当日は、保険証とお金をご用意ください。

④ その他

健康マイレージカードを持つている方で歯科検診を受けた場合は、ポイントシールをお渡しします。

健康診査 のご予約

住民課（56・2122）へご連絡ください。詳しい内容は、お問い合わせください。

日程は8月30日（木）
～8月31日（金）です。

地域おこし協力隊活動報告⑦

有光 良次

(農林課 林業振興室)

地域おこし協力隊の有光 良次 (ありみつ りょうじ)と申します。昨年4月より占冠村役場農林課林業振興室で野生鳥獣担当として活動しています。

業務内容は、鳥獣害対策(調査・捕獲)、猟区関係、環境教育関係、林務補助などです。主にヒゲマやシカ、アライグマなどの野生動物による農業被害対策や予防等の業務で皆さま(特に農家の方や家庭菜園をされている方)にはいつもご協力いただき大変お世話になっております。

大阪で生まれ、2歳頃に親の仕事の都合で愛媛に移り住み、高校生までを愛媛の田舎で過ごしました。小さい頃から、犬などの動物が好きで、池、川、海で釣りをして遊ぶなど自然に親しんできました。大阪の大学に進学し、動物に関わる仕事を希望して北海道にやって参りました。

前職は恵庭市で観光産業に従事し、業務の一部として有害鳥獣駆除にも携わっていました。恵庭では、キツネ、アライグマ、カラスの被害

対策業務が比較的多く、シカによる農業被害や交通事故、ヒゲマの目撃情報なども限定的でした。恵庭に比べて、森林や牧草地の割合が大きいここ占冠村では、シカやヒゲマによる農業被害、交通事故、目撃情報などの割合が多く、また一方で捕獲されたシカは、村の処理施設で食肉や皮の有効利用が徹底されており、野生鳥獣との関わりがより密接であると感じています。

占冠村中トママに住み始めてこの四月で一年、まだまだ占冠村初心者ですが、魚や山菜、シカや森林、山や川など、自然のめぐみを楽しみながら毎日の暮らしを愉しみながら末永く占冠村で生活していきたいと考えています。今後ともどうぞ宜しくお願いいたします。



地域とともに

コミュニティ・スクール情報⑤

～占冠中学校編～

今年も多くの方にご来校いただき、生徒のためにたくさんの支援をいただきました。今回は、1学期の取組についてまとめをご紹介します。

①リアカーの修繕：生徒が体育祭の会場づくりを行う際にリアカーを使って用具を運びます。リアカーは随分長く活躍してきましたので、木枠がぼろぼろになって今年の使用が危ぶまれていました。そんなとき、平岡茂男さんからお力を貸していただけることになり、4月30日(月)に新しい木枠を作っていただきました。お陰様で、リアカーは大活躍。体育祭も大成功でした。

②山菜教室：ボランティアのみなさんも楽しみにされている「山菜教室」は、5月30日(水)31日(木)に行いました。今年では会田和枝さん、小峰みち子さん、大沼八恵子さん、藤田葉子さん、平岡八重子さんにご指導いただきました。ふき、よもぎ、うどなどたくさんの食材を採取して、下ごしらえ、調理をしました。今年も、「とま〜る」の利用者さんを招いて一緒に調理したり食事をとったりしました。

③炊事遠足：自然ガイドネットワークふんぷかの細谷誠さんと門間敬行さんに、赤岩青巖峡の探索と川の教室をお願いして3年目になります。従前の炊事遠足はバスで移動して、野外炊飯をしてレクリレーションをするだけの内容でした。今では、1年生の自然体験活動として欠かせないものになっています。地域の自然を知り、占冠村に一層の愛着をもつことができる活動となっています。

2学期も多くのみなさんにお世話になる予定です。地域のみなさんよろしくお願ひいたします。



■お問い合わせ 占冠村教育委員会 電話 56-2182