



そだてよう すこやかな心とからだ

あなたの“すこやか”を応援します！

すこやか

2022年11月25日発行

だより

編集・発行 西之表市健康保険課健康増進係

保健センターすこやか

電話 0997-24-3233（平日のみ）



歯周病節目検診（40・50・60・70歳）のご案内

西之表市では、健康で安心できるくらしを支えるまちづくりを目指し、歯と口の健康づくりの一環として、40・50・60・70歳の節目の方を対象に「歯周病検診」を実施しています。

歯周病予防に努めることは、生活習慣病を防ぐことにもつながりますので、この機会にぜひ、検診を受けましょう。

【検診期間】 令和5年3月31日（金）まで

【対象者】 西之表市にお住まいの方で、今年度に40歳（\$57.4.1～\$58.3.31）、50歳（\$47.4.1～\$48.3.31）、60歳（\$37.4.1～\$38.3.31）、70歳（\$27.4.1～\$28.3.31）になる方

【検査実施機関】 西之表市内の歯科医療機関

【検診内容】 問診及び口腔内検査

【その他】 ・検診料は無料（期間内1回限り）ですが、検診後に行われる治療については、有料になります。
・対象者には受診券を送付しています。



乳幼児突然死症候群（SIDS）について

乳幼児突然死症候群（SIDS：Sudden Infant Death Syndrome）とは、それまで元気だった赤ちゃんが、事故や窒息などが原因ではないのに、眠っている間に突然亡くなってしまう病気です。

12月以降の冬期に発生する傾向があり、生後2か月から6か月に多く、そのほとんどが1歳未満の乳児期に起きています。発症は、年々減少傾向にありますが、令和3年においては、全国で81人の赤ちゃんがこの病気で亡くなっています。この病気の原因は、まだよくわかっていません。しかし、次のことに気をつけることでSIDSの発症率が低下することがわかっています。

① 赤ちゃんを寝かせるときは「うつぶせ寝」にしないで「あお向け寝」にしましょう。

「うつぶせ寝の方がSIDSの危険性が高まる」という研究結果がでています。ただし、医学上の理由で医師がうつぶせ寝をすすめる場合もありますので、このようなときは、医師の指導を守りましょう。また、赤ちゃんが眠ったあともよく気をつけてあげてください。

② たばこを吸わないようにしましょう。

「両親ともに喫煙者の場合、SIDSの発症率が高い」というデータがあります。妊婦さん自身の喫煙はもちろん、赤ちゃんのそばでの喫煙は避けましょう。

③ 母乳が出る場合は、できるだけ母乳で育てるようにしましょう。

「母乳で育てられた乳児はSIDSの危険性が低い」といわれています。母乳の出方は個人差がありますし、人工乳が直接SIDSを引き起こすことはありませんが、できる限りお母さんの母乳で育てることをおすすめします。