

今月の納期限

市税などの納付は、市指定金融機関およびゆうちょ銀行の口座振替（自動払込）を利用してください。納税などに困っている人は相談してください。

保育料（5月分）	6月26日
下水道受益者負担金	6月30日
上・下水道料	

4月の事故災害状況

（ ）は前年同月比

交通	件数	10件(+4)
	死者	0人(±0)
	負傷者	14人(+8)
火災	件数	1件(+1)
救急	件数	216件(-4)

火災情報テレホンサービス
野々市市・白山市 ☎276-6000
金沢市 ☎0180-997890

普通救命講習

日時 7月12日(日) 9:00~12:00
定員 30人
場所 白山野々市広域消防本部 (白山市)

7月5日(日)までに
消防本部開催救命講習専用
ダイヤル ☎276-1210
または白山野々市広域消防
本部 ☎276-9483

健康通信 健康推進課(保健センター内) ☎248-3511

お口の健康から全身の健康へ～歯周病予防の重要性～

■歯周病とは？
歯周病とは、歯垢の中に潜む歯周病菌が、歯茎や歯を支える骨に炎症を引き起こす病気の総称です。歯茎に炎症がとどまっている状態を「歯肉炎」、症状が悪化して骨まで炎症が広がった状態を「歯周炎」といいます。歯磨きが不十分だと、歯と歯茎のすき間で菌が繁殖し、自覚症状がないまま歯周病が進行してしまいます。

■歯周病が全身に与える影響
歯周病が進行すると、歯周病菌やその毒素、炎症性物質が歯茎の血管を通じて全身へと運ばれます。これにより、口内だけでなく、体全体にさまざまな悪影響を及ぼすことがわかっています。

動脈硬化・脳梗塞・心筋梗塞・認知症
歯周病菌は、血管に炎症を起こし

■妊婦と歯周病
妊娠中は、つわりで歯磨きが難しくなることやホルモンバランスの変化、口内の自浄作用の低下などが原因で歯周病のリスクが高まります。

歯周病が進行し歯周病菌や炎症性物質が子宮に到達すると、子宮の収縮を促す刺激となります。その結果、早産や低出生体重児出産のリスクが高まること分かっています。

■糖尿病
歯周病によって増える炎症性物質は、血糖値を下げるインスリンの働きを妨げます。これが高血糖を引き起こし、糖尿病の発症や悪化を招くといわれています。

動脈硬化を進行させます。その結果、血管が詰まりやすくなり脳梗塞や心筋梗塞、さらには認知症を引き起こす可能性があるといわれています。

■歯周病を予防するために
歯周病を予防するには、毎日の丁寧なセルフケア(ブラッシング)に加え、歯科医院での定期的な受診による専門的なケアの両方が重要です。

市のいきいき健診では、40歳、50歳、60歳、70歳に加え、本年度から20歳、30歳、76歳の人も対象に歯周病検診を行っています。定期的に歯と口の状態を確認し、歯周病を予防しましょう。



【譲ります】
☆野々市中学校女子制服☆布
☆中学校女子制服☆炊飯器☆
☆一人掛けソファ☆天体望遠鏡☆
☆ベビーカー☆チャイルドシート
☆キッズシート☆寝袋☆本棚☆
☆じゅうたん☆たんす☆CDラジ
☆カセ☆スチームアイロン☆折り
紙☆日傘
※全て無料



利用方法や
物品の詳細
はこちら

ご利用ください
リサイクル情報ダイヤル
☎227-6053
5月21日現在

休日在宅当番医・休日当番薬局

※受診の際は、事前に電話で相談してください。

診療時間 9:00~12:00

※内…内科、外…外科、小…小児科、薬…薬局
[医療機関・薬局によって診療時間などが変更している場合があります。各医療機関に事前に確認してください。]

日	科	医療機関	所在地	電話番号
6月7日(日)	内	やまかわ内科クリニック	藤平田一丁目 472	246-6650
	内	ばんどう内科・呼吸器クリニック	白山市布市一丁目 113	277-6211
	内外	矢ヶ崎外科医院	白山市徳丸町 597	275-5166
	外	ただなわ整形外科クリニック	白山市井口町に 80-1	272-1333
	小	むとう小児科医院	白山市宮永市町 65-2	275-7887
6月14日(日)	薬	クスリのアオキ 北安田南薬局	白山市松任北安田南部地区土地区画整理事業地内 23 街区 50 番	276-2781
	内	金沢消化器内科・内視鏡クリニック野々市中央院	白山町 438	259-0378
	内	井村内科・腎透析クリニック	白山市美川中町ル 40-1	278-6363
	外	津山整形外科クリニック	中林一丁目 64 街区 1 番	259-5077
	小	浅井小児科医院	本町五丁目 2-18	248-3311
6月21日(日)	薬	てまり野々市薬局	堀内四丁目 80-3	255-7575
	内	池田病院	新庄二丁目 10	248-7222
	内	岡村内科医院	白山市千代野東五丁目 5-4	276-8851
	内	せいだクリニック	白山市道法寺町二 10	272-0381
	外	下崎整形外科医院	白山市専福寺町 158-3	274-5000
小	川北こどもクリニック	白山市山島台一丁目 1-1	274-7224	
薬	松南青木二階堂薬局	白山市博労三丁目 2	276-0002	

◎金沢広域急病センター（金沢市西念三丁目4-25 ☎222-0099）は年中無休（小児科・内科19:30~23:00）で受診できます。
◎休日当番医は変更する場合があります。最新情報は、新聞や石川県医師会または市ホームページで確認してください。
◎休日夜間の救急指定病院の問い合わせは、白山野々市広域消防本部（☎276-1119）または野々市消防署（☎248-9119）まで。

健康カレンダー

健康推進課(保健センター内) ☎248-3511 会場:保健センター

行事名	対象	開催日	受付時間
4か月児健康診査	R 8. 2月後半生まれ	7月9日(木)	対象者に送付する通知で日程・受付時間などを確認してください。
	R 8. 3月前半生まれ	7月30日(木)	
7か月児相談	R 7. 12月生まれ	7月2日(木)、16日(木)	
10か月児相談	R 7. 9月生まれ	7月15日(水)、29日(水)	
1歳6か月児健康診査	R 6. 12月生まれ	7月10日(金)、23日(木)	
3歳4か月児健康診査	R 5. 3月生まれ	7月1日(水)、14日(火)	
オンライン相談	妊婦および1歳ごろまでの子を持つ保護者を対象に実施します。詳細は市ホームページを見てください。		
プレパパママクラス	妊娠5~8か月の妊婦とその家族	7月28日(火)9:30~11:00 ※7月23日(木)までに要予約 ※詳しい参加条件は市ホームページを確認	
生活習慣病予防健康・栄養相談	市民	7月17日(金)①9:30②10:15③11:00 ※7月15日(水)までに要予約	