



- ① 本町の三大生活習慣病での死亡割合は全体の約何パーセント?
A)33% B)55% C)77%
- ② 任期満了に伴う山田町長選挙の投票日はいつ?
A)6月7日 B)7月6日 C)7月11日
- ③ みんなのスペースに登場した、佐藤イチヨさんのお孫さんは何人?
A)11人 B)16人 C)21人
- ④ このたび商品化され、道の駅やまだなどで販売されている「干し麺(300g)」はいくら?
A)300円 B)330円 C)350円
- ⑤ 今号の「結婚した二人」は何組?
A)12組 B)13組 C)14組

【応募方法】 下記のがきの要領でご応募ください。全問正解者の中から抽選で10人に500円の図書券をプレゼント。応募は一人1通です。

50円	028-1392	クイズの答え(例) ①-A ④-C ②-B ⑤-C ③-B
山田町役場 広報クイズ係	山田町八幡町3-20	氏名 年齢 〒住所

☆締め切り=6月22日(当日消印有効)
☆前回の正解は、①-B、②-A、③-C、④-B、⑤-Cでした。応募者数は56通で正解は53通、抽選の結果次の10人が当せんしました。

八幡町=甲斐谷真美(?) 川向町=山崎心(10)、齊藤真穂(15) 船越=村木詩音(13) 大沢=上沢りえ(4)、箱石春菜(11) 織笠=稲川美里(10) 豊間根=三ヶ尻静恵(25)、佐藤義昭(61) 東京都日野市=関根利幸(55)
〈敬称略〉

Health Guide

循環器・前立腺検診 7日から始まります



定期的な検診を心掛けましょう(今年1月に行われた出稼ぎ者の健康検診)

循環器と前立腺、基本検診が表の日程で行われます。受診の申し込みをしている方は、受診料を持参し、忘れずに受診料をください。まだ申し込みをしていない方でも受診できますので、希望する方は当日検診会場までお越しください。

また昨年同様、循環器検診でC型肝炎ウイルス検査を行います。対象は、検診日現在の年齢

が四十歳、四十五歳、五十歳、五十五歳、六十歳、六十五歳、七十歳のひと、昨年の循環器検診で肝機能値が異常値を示した四十歳以上のひとなどです。一度でも実施した方は検査の必要はありません。同検査を実施したかどうかは、昨年の検診結果表の「HCV」欄でご確認ください。

検診は病気の「早期発見」と「予防」への近道。定期的な検診を心掛け、体の健康をチェックしましょう。

▽受診料 循環器検診(四十歳以上)：千五百円 前立腺検診(五十歳以上の男性)：五百円 基本検診(十八歳～三十九歳)：五百円

※国民健康保険の被保険者は、循環器検診と基本検診の受診料が無料になります。

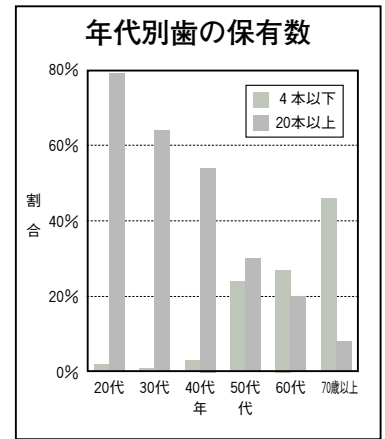
○検診の日程 [6月]

日	会場	受付時間
7日	大浦漁村センター	午前9時～11時 午後1時～2時半
8日	大浦漁村センター	午前9時～11時
	はまなす学園	午後1時半～2時半
9日	田子の木生活改善センター	午前9時半～11時
	猿神農業担い手センター	午後1時半～2時半
10、11日	織笠漁業協同組合	午前9時～11時 午後1時～2時半
14日	船越漁村センター	午前9時半～11時
	荒川農業構造改善センター	〃
15日	船越漁村センター	〃
16日	豊間根生活改善センター	午前9時～11時
	保健センター	〃
17日	保健センター	〃
	ふるさとセンター	〃
18日	保健センター	〃
	ふるさとセンター	〃
21、22日	船越防災センター	〃
23～25日	保健センター	〃

各種相談、健診、予防接種の問い合わせは、役場保健福祉課保健指導担当(☎82-3111 内線161、165、166)へお気軽にどうぞ。

保健だより

6月4日～10日
「歯の衛生週間」



14年度町保健アンケート

食後の歯磨きで歯周病防ぎ

目指そう80歳で20本の歯

六月四日～十日は「歯の衛生週間」です。食べ物を何でもよくかんで食べるためには、二十本以上の歯が必要で、二十歳以上で歯が欠けた人は、八十歳を過ぎても心身ともに健康な人が多いという研究報告もされています。平成十四年度に町で行った健康アンケートでは、五十代から歯を失う人が急激に増



え、七十歳以上では半数近くの人、四十歳以下の人になっていくという結果となりました。

四十歳以上の人が歯を失う主な原因は歯垢による歯周病。食べかすなどの塊である歯垢は、歯磨きを怠ったり糖分を取り過ぎたりすると口の中で細菌が増殖し、歯茎の腫れや出血などの

炎症を起こす歯周炎を発症します。さらに悪化して歯周病になると、歯茎がやせて歯がぐらつき、抜け落ちてしまいます。

歯周病の予防には、食後に丁寧な歯磨きを行い、口の中をいつも清潔に保つことが基本。また、食生活を見直すことも重要です。甘い物や軟らかい物を控え、よくかんで食べるようにすると、だ液の分泌が増え、口の中の汚れを洗い流してくれます。年に一度は歯医者で歯周病の検査を受けるなど、歯のケアをきちんと行い、八十歳で二十本以上の歯の保持を目指しましょう。

♣6月の各種相談・健診 場所：保健センター

項目	期日	受付時間	対象者
健康相談	15日	午前10時～正午	一般市民
3歳児健診	9日	午後零時50分～1時半	対象者には通知します
3カ月児健診	10、17日	午後1時～1時20分	〃
6カ月児相談	10日	午後1時～1時20分	〃
10カ月児健診	17日	午後1時～1時半	〃

- 乳幼児健診・相談で持参する物…母子健康手帳、赤ちゃん手帳、バスタオル、歯ブラシ(3歳児健診の該当者)、幼児の上履き。
- 3カ月児健診、6カ月児相談では離乳食の試食もあります。
- 3歳児健診該当者には、3歳3カ月ころに通知します。
- ※今まで該当月に受けていない人は、必ずおいでください。

◆6月の教室 場所：保健センター

名称	期日	時間	対象者
ひよこ教室	18日	午前10時～正午	言葉や運動機能の発達などで心配のある幼児
母親教室	24日	〃	妊娠している方
機能訓練教室	月曜日	午前10時～午後2時半	病気やけがなどで体の不自由な方

○各種教室に参加を希望する方は、役場保健福祉課保健指導担当(内線165)へご連絡ください。

♥三種混合とはしかの予防接種 (6月)

実施場所	期日	時間	申し込み	申込先
井上医院	随時	診療時間内	随時	82-2956
うらべ内科	〃	〃	〃	82-0123
近藤医院	〃	〃	〃	82-3328
後藤医院	〃	〃	接種する日の前日	82-6690

♠6月の精神保健クリニック

期日	時間	場所	担当嘱託医師
10日	午後1時～4時	宮古保健所	及川暁先生(宮古山口病院)
22日	〃	保健センター	三浦正之先生(三陸病院)

○心の健康についての相談を行っています。ご希望の方は、前日までに役場保健福祉課厚生援護担当(内線132)へお申し込みください。

全血献血にご協力を

- ▷期日 6月17日(木)
- ▷時間と場所 午前9時20分～11時20分・(株)エフビー前 午後1時～1時40分・大浦漁業協同組合前 午後2時半～3時20分・船越湾漁業協同組合前 午後4時10分～5時・和田工業(株)前
- ▷問い合わせ 役場保健福祉課健康管理担当(内線161)へどうぞ。