

今から始める 健康づくり

キラリ☆健康おた

Vol.54 かかりつけ歯科医を持ちましょう

歯科健康診査を受けていますか？

歯や歯肉の病気は、初期の頃は自覚症状を感じにくいいため、かかりつけ歯科医で健診を受けて早期に発見し、治療を受けることが大切です。ずっと使う歯や口の健康のために、かかりつけ歯科医を持ちましょう。

かかりつけ歯科医の機能

- ① 定期的・継続的な口腔管理 保健指導、歯科健診、予防処置など
- ② 必要に応じた口腔機能管理 虫歯の治療、歯周病の治療、義歯の調整など
- ③ 必要に応じた医療・介護などの調整 病院紹介、医科歯科連携、医療・介護との連携など

かかりつけ歯科医で行うプロフェッショナルケア

定期的・継続的な口腔管理には、セルフケアに加え、かかりつけ歯科医で行う専門的なプロフェッショナルケアを組み合わせるとより効果的です。

プロフェッショナルケアの内容

- 歯みがき指導や生活習慣、食事のアドバイス
- 歯周病の予防のために歯石の除去
- 虫歯の予防
- 歯の表面を専用器具で磨いてもらう(クリーニング)

※詳細は、かかりつけ歯科医にお問い合わせください

▶問合先 健康づくり課健康づくり担当 ☎5744-1672 FAX5744-1523



©大田区

受けよう検診！つくろう健康！

区では、職場などで検診機会のない区民の方を対象に、各種がん検診などを行っています。40歳以上の方には「がん検診等のご案内」を、20～39歳の女性には「子宮頸がん検診のお知らせ」を、成人歯科健康診査に該当する方には「成人歯科健康診査受診票」を、それぞれ6月中旬～下旬に郵送します。詳細は区HPをご覧ください。

- ▶対象 下表参照。対象年齢は令和6年3月31日時点の年齢
- ▶費用 自己負担有り(⑩・⑬を除く)。医療機関でお支払いください
- ※生活保護か中国残留邦人等支援給付受給中の方は自己負担免除
- ▶申込方法 実施医療機関へ直接申し込み

検診(健診)名	対象年齢など	自己負担額	実施期間
①胃がん検診(エックス線検査)	40歳以上	1,000円	7月1日～令和6年2月29日
②胃がん検診(内視鏡検査)	50歳以上	1,500円	
③肺がん検診	40歳以上	500円 ◆喀痰検査：+500円	
④大腸がん検診		200円	
⑤子宮頸がん検診	20歳以上の女性	偶数年齢の方：500円 ◆体がん検診：+500円 奇数年齢の方：2,000円 ◆体がん検診：+2,000円	7月1日～10月31日
⑥乳がん検診	40歳以上の女性★	偶数年齢の方：500円 奇数年齢の方：4,000円	
⑦喉頭がん検診	40歳以上(喫煙などの受診要件有り)	500円	

検診(健診)名	対象年齢など	自己負担額	実施期間
⑧眼科(緑内障等)検診	40・45・50・55・60・65・70歳	500円	7月1日～12月31日
⑨前立腺がん検診※	60・65・70歳の男性	—	6月1日～令和6年3月31日
⑩B型・C型肝炎ウイルス検診※	40歳以上で過去に未受診の方	—	
⑪39歳以下基本健康診査	18～39歳	1,400円	7月1日～12月31日
⑫骨粗しょう症検診	40・45・50・55・60・65・70歳の女性	500円	7月1日～令和6年2月29日
⑬成人歯科健康診査	20・25・30・35・40・45・50・55・60・65・70・76・80歳	—	7月1日～令和6年1月31日

◆=医師が必要と判断した場合のみ実施します
 ※=特定健診などを受ける方で希望する場合は同時に受診してください
 ★=令和6年度から、国の指針に基づき受診間隔が2年に1回となります。
 詳細は区HPなどをご確認ください

▶問合先 健康づくり課健康づくり担当 ☎5744-1265 FAX5744-1523

区民のひろば

みる・きく・まなぶ

- ◆社交ダンス無料体験
初心者可。6月10・17・24日、7月1・8日(土)午後2時～3時30分、蒲田駅近くの会場で。電話で☎伊東☎090-2474-0356
- ◆映画「ほけますから、よろしくお願ひします。～おかえりお母さん～」上映会
6月10日(土)午後2時30分～4時30分、アプリコで。先着1,400名。電話か当日会場へ☎1,500円(前売り1,200円)☎伊藤☎3762-0266
- ◆大田区海洋少年団無料親子体験教室
小学生(保護者同伴)以上。手こぎボート、カヌー、手旗、ロープワーク。6月11日(日)午前10時～午後0時30分、多摩川大師橋際水門下で。電話で☎安藤☎090-2478-0307
- ◆ワンコインハーブミニコンサート&ハーブ体験
6月12日(月)午後4時から、池上七丁目の会場で。先着15名。6月12日までに電話で☎500円☎奥田☎080-5083-2153
- ◆書道
小学生以上。6月14・21日(水)午後2時～5時、矢口区民センターで。電話で

- ☎各1,000円☎望月☎090-9819-4290
- ◆60代以上の楽しい英会話
6月15・29日(木)午後2時30分～4時、消費者生活センターで。先着各10名。電話で☎川井☎080-5803-4729
- ◆ゆったりなごやか佐保田ヨーガ
6月15・22・29日(木)午後6時30分～8時、池上老人いこいの家で。先着各7名。6月10日までに電話で☎各500円☎高橋☎070-9088-0782
- ◆クラシックギター基礎講座(3日制)
クラシックギター持参。6月15・22・29日(木)午後7時～9時、萩中文化センターほかで。先着10名。6月14日までに電話で☎500円(3回分)☎坂田☎090-1553-2277
- ◆水泳体験会
女性のみ。6月16・23日、7月7日(金)午後2時30分～4時30分、矢口区民センター温水プールで。電話で☎浜田☎3754-7218
- ◆秀霖会月例会
民謡の歌の発表会。6月18日(日)午後4時から、久が原駅近くの会場で。電話で☎波多☎080-5470-2708
- ◆俳句会
6月18日(日)午後2時～4時、西馬込駅

- 近くの会場で。先着5名。電話で☎1,000円☎五十嵐☎080-6779-0387
- ◆自彊術 無料体験会
動きやすい服装で。6月19・26日(月)午前10時～11時30分、産業プラザで。当日会場へ☎090-9704-5546笠井
- ◆太極拳無料体験講座
6月20日(火)午後1時30分～2時30分、馬込文化センターで。先着4名。電話か当日会場へ☎吉沼☎3772-0296
- ◆遺言・相続無料相談会
遺言書・相続・終活・成年後見・離婚・会社設立など。6月30日(金)午前9時～午後4時、大田文化の森で。電話で☎三宅☎090-1422-1313
- ◆「ビタミンステーション」二期会のプロ歌手と一緒に歌いましょう(3日制)
愛唱歌、歌謡曲など。6月23日、7月28日、8月25日(金)午後2時から、蒲田駅近くの会場で。電話で☎各2,000円☎松井☎3774-7848
- ◆大田区民第九合唱団定期演奏会
6月24日(土)午後2時30分開演、アプリコで。電話か当日会場へ☎1,000円☎仁林☎090-6530-8028

掲載の催しは区の主催ではありません。ご自身の責任で参加してください。

- ☎=参加費など ☎=申込先か問合先 ※費用の記載がないものは原則無料
- 掲載申し込み=催し名、サークル名、日時、場所、講師名、費用、問合先の氏名・〒住所・電話番号、区報6月1日号の感想(最も関心があった記事、1面の感想など)を明記し、〒144-8621大田区役所広聴広報課「区民のひろば」係へ
- 締切=掲載月2か月前の15日必着
- 開催日や申込締切日が1～9日までのものは前月の1日号、10日以降のものは当月の1日号(1月のみ1～14日のものを12月1日号、1月15日～2月9日のものを1月11・21日号)に掲載します。
- 掲載できないもの①営利目的や売名目的、講師が主催する教室と認められるもの②政治・宗教関係③同一の人物か団体で、前回の掲載から6か月経過していない催し④会員の募集が目的のものなど ※令和5年8月1日号に掲載する場合、次に掲載できるのは令和6年2月1日号です
- 紙面の都合で全てを掲載できない場合があります。

- ◆行政書士・弁護士・社労士・司法書士合同無料相談会
6月25日(日)午前10時～午後4時、萩中集会所で。電話で☎滑川☎080-5025-8539
- ◆女声コーラスりり 40周年コンサート
6月30日(金)午後2時から、アプリコで。先着100名。当日会場へ☎080-1088-2848中島

- ◆はじめての親子リトミック
7月1日・8日(土)①1歳児=午前10時から②2・3歳児=午前11時から、カムカム新蒲田で。先着各5組。電話で☎各500円☎五十嵐☎090-8343-3488(留守番電話)
- ◆癒しのハンドマッサージ
7月2日(日)①講習=午後1時15分～2時②体験=午後2時～3時30分、消費者生活センターで。電話で☎400円☎光江☎3726-6202