

1	金	1歳6ヶ月児・3歳児健診(神) 秋田駒ヶ岳山開き
2	土	第62回国民体育大会馬術競技リハーサル大会 (かくのだて特設馬術競技場)
3	日	第62回国民体育大会馬術競技リハーサル大会 (かくのだて特設馬術競技場)
4	月	予防接種(ポリオ生ワクチン)(西) 母子手帳交付(田)
5	火	乳児相談(午前:7~8ヶ月児・午後:12~13ヶ月児)(田)
6	水	
7	木	1歳6ヶ月児・3歳児健診(田)
8	金	3歳児健診(角)
9	土	
10	日	
11	月	子ども開放日(角) 母子手帳交付(角) 胃がん検診(角)
12	火	乳児相談(午前:7ヶ月児・午後:12ヶ月児)(角) 胃がん検診(角)
13	水	予防接種(ポリオ生ワクチン)(角) 健康教室(気功体操)(角) 胃がん検診(白岩部落会館)
14	木	胃がん検診(雲沢集落センター)
15	金	乳児健診(田) 胃がん検診(雲沢集落センター)
16	土	
17	日	
18	月	母子手帳交付(西) 胃がん検診(雲沢集落センター) 結核・基本健診(生保内市民体育館)
19	火	予防接種(BCG・三種混合)(神) 胃がん検診(角) 結核・基本健診(生保内市民体育館)
20	水	ピッカブー赤ちゃん会(角館交流センター) 胃がん検診(角) 予防接種(BCG・三種混合)(田) 結核・基本健診(生保内市民体育館)
21	木	乳児健診(西) 結核・基本健診(開発センター)
22	金	健康教室(3B体操)(角) 結核・基本健診(開発センター)
23	土	
24	日	
25	月	子ども開放日(角) 母子手帳交付(角) さわやか健康教室(角) 予防接種(BCG・三種混合)(西)
26	火	なかよし教室(角)
27	水	予防接種(BCG・三種混合)(角) さわやか健康教室(西) 健康教室(気功体操)(角)
28	木	2歳6ヶ月児歯ッピー教室(田) さわやか健康教室(田)
29	金	乳児健診(角)
30	土	田沢湖ソーデーマーチ(~/1)

【実施場所】(田)...仙北市田沢湖健康増進センター (角)...仙北市健康管理センター  
(西)...西木保健センター (神)...仙北市就業改善センター  
(桧)...桧木内地区公民館 (紙)...紙風船館 (西地)...西木地域センター

## ～歯の健康は全身の健康～

仙北市の健診の中に歯周疾患健診があるのを知っていますか？

歯周疾患健診は、歯周病(歯そこのうろう)を早期に発見することを目的としています。

歯周疾患は、細菌(食べカス)が歯の骨や根を溶かしてしまい、最後に歯が抜けてしまう病気です。歯と歯ぐきの問題ではなく、全身にも大きな影響を及ぼす恐ろしい生活習慣病なのです。



### あなたの歯はだいじょうぶですか？

市の歯周疾患健診の対象年齢は40、50、60、70歳の男女です。健診期間は、7月～9月で指定の医療機関で予約し、受診していただきます。

なお、対象者には受診票がすでに配布されていますので、受診する際は受診票を持参してください。

歯は全身の主役です。自覚症状がなくても、ぜひ健診でチェックすることをお勧めします。

### 歯周病予防に一番大切なのは歯磨き(ブラッシング)です。



#### 《ポイント1》

歯磨きをする前にもう一度歯ブラシを点検して、毛が開いた歯ブラシは交換しましょう。

#### 《ポイント2》

歯ブラシの毛先を歯と歯肉の境目にあてて、その部位を軽く振動させて、マッサージをする感覚で磨きましょう。



「磨いている」と「磨けている」とは全く違います。

あなたの歯は磨けていますか？

問合せ

仙北市保健課 TEL(55)1112