地区保健推進員

あなたの周りで健康づくりのお手伝いをします

地区保健推進員は、地域の皆さんの健康づくりをお手伝いするため、現在42人が市から委嘱され、さまざまな活動を行っています。ここでは、各地区の推進員の紹介と、活動内容をお知らせします。

健康と栄養についての知識を地域の人たちへ

地区保健推進員は、主に健康と栄養についての知識を広める活動を行っています。内容は、赤ちゃんからお年寄り向けまでさまざまです。

16年度は〝みんなで支える健康づくり21〜健康で明るく元気に〜〟をスローガンに次のような活動をします。

◆育児相談
○4カ月児…会場での離乳食（初期・中期）の紹介と試食提供
○10カ月児…会場での離乳食（後期）の紹介と試食提供、0歳からの絵本の紹介
◆1歳6カ月児健診
手作りおやつの紹介と試食提供
◆健康教室
健康食の紹介と試食提供
◆伝達講習会
学んだことを地域の皆さんに伝える講習会を開催
◆成人の検診
○推進員活動のPRや健康に関するアンケートの実施
○結果説明会においてのグループワークリーダー
◆婦人の検診
乳がんの自己検診法の紹介
◆健康・福祉まつり
コーナーを設けて活動の紹介、簡単なストレッチや健康食の紹介と試食提供
◆そのほか家庭訪問や各種制度の普及と紹介など、市の保健業務の推進

推進員はお母さんたちの相談役

育児相談では赤ちゃんのときの食生活の大切さを理解してもらうため、離乳食の紹介と、試食の提供を行っています。

また、10カ月児育児相談では、0歳からの絵本の紹介を行っています。

子育ては答えが一つではありません。育児書では分からないことも多くあります。そんなお母さんたちの相談役としても推進員はとても頼りになる存在です。

離乳食についてアドバイス

※くわしくは健康増進課（☎27-1111）へ。

平成16年度地区保健推進員

市とのパイプ役として皆さんの地区にいます。気軽に声を掛けてください。

あなたの周りでもさまざまな健康づくりの取り組みを行っています。機会がありましたら、ぜひご参加ください。―敬称略―

■成田地区…神﨑芳枝（寺台）、小森栄子（土屋）、加藤榮子（囲護台）、政岡幸枝（成田）、熊谷みち子（土屋）
■遠山地区…髙仲孝子（大清水）、横瀬光江（長田）、柏木みどり（吉倉）、山田順子（本三里塚）、土屋はるえ（本城）
■中郷地区…大見川美津子（東金山）、大德真理子（赤荻）、吉川敏子（野毛平）
■豊住地区…吉田智子（長沼）、根本文子（南羽鳥）
■公津地区…神谷ミツ子（宗吾）、武田伸子（江弁須）、勝見妙子（宗吾）、形野秀子（江弁須）、石橋幸子（並木町）
■八生地区…湯浅三千代（松崎）、伊藤昌子（大竹）、小川君枝（宝田）
■久住地区…小倉晶子（土室）、糸川節子（荒海）、石橋貞子（磯部）
■ニュータウン地区
…干場節子（中台）、福原煦美子（中台）、鈴木峰子（中台）、清水和美（中台）、関口裕子（加良部）、小澤和子（加良部）、斎藤志津恵（加良部）、大須賀しづ久（橋賀台）、戸田隆子（橋賀台）、新居了子（吾妻）、今井優子（吾妻）、櫻井和子（吾妻）、久禮由紀子（吾妻）、石綿奈美子（玉造）、若村弘子（玉造）、辻秀子（玉造）

8020（ハチマルニイマル）運動

口からはじめる健康づくり

8020（ハチマルニイマル）の80（ハチマル）は80歳のこと、20（ニイマル）は20本の歯のことです。80歳で20本以上自分の歯があると、ほとんどの食べ物をよくかんでおいしく食べられます。日常生活を健やかに楽しく生きるために8020の達成を目指しましょう。

8020運動は赤ちゃんのときから始まっています！

子どものころから身に付いた虫歯予防や好ましい生活習慣は、8020の達成に欠かせないものです。

市では母親学級や幼児歯科健診を行い、歯の健康づくりの大切さを伝えています。

【母親学級】…主に初めて母親になる人が対象。歯科健診や歯の健康づくりのための講義も含まれます。

【1歳6カ月児歯科健診】…1歳6カ月の子どもが対象です。1歳6カ月児健診と同時に実施。

【2歳児歯科健診】…2歳6カ月の子どもが対象。希望者へはフッ化物歯面塗布を行います。

【3歳児歯科健診】…3歳6カ月の子どもが対象。3歳児健診と同時に実施

歯磨き習慣は子どものころに

定期的にチェック！虫歯、歯周疾患は生活習慣病

【成人歯科検診・歯の健康相談】

虫歯や歯周疾患は歯垢（しこう）の中に潜んでいる細菌によって引き起こされる病気ですが、これらの病気は生活習慣に深く関係しています。8020達成のために、生活習慣を見直してみましょう。

市では歯周疾患の予防や早期発見、また歯や口の病気が影響する全身の病気を予防するために、成人歯科検診や歯の健康相談を行っています。

【成人歯科検診】

対象＝50歳（昭和29年4月1日～30年3月31日生まれ）、40歳（昭和39年4月1日～40年3月31日生まれ）の市民

（注）ただし現在治療中、または定期的に医療機関で歯科検診を受けている人を除く。

実施期間＝6月1日（火）～11月30日（火）

実施歯科医療機関＝別表をご覧ください。

内容＝歯科検診、保健指導

自己負担額＝500円

受診方法＝希望する歯科医療機関に直接予約

【歯の健康相談】

日時＝毎月第1水曜日、午後1時30分～2時30分

会場＝保健福祉館

内容＝歯科医師による個別相談、保健指導、歯磨き実習など

※くわしくは健康増進課（☎27-1111）へ。

成人歯科検診実施歯科医療機関	電話番号
ポプラ歯科医院（東町）	22-9578
新橋歯科医院（幸町）	22-0208
諸岡歯科医院（幸町）	22-2146
日暮歯科医院（幸町）	22-0329
たんぽぽ歯科医院（花崎町）	22-1325
グランド歯科医院（花崎町）	22-0672
岡田歯科医院（花崎町）	22-4976
タカハシ矯正歯科（花崎町）	22-0077
コスモス矯正歯科医院（囲護台）	23-4188
成田イオン歯科（土屋）	23-8277
アン・デンタルクリニック（土屋）	22-0776
オカモト歯科医院（郷部）	23-3303
大木歯科医院（不動ヶ岡）	24-2030
藤田歯科医院（不動ヶ岡）	24-3233
笠井歯科（囲護台）	22-3572
あべ歯科医院（囲護台）	24-0805
渡辺歯科クリニック（囲護台）	24-4188
池田歯科西（囲護台）	24-0450
ミサト歯科医院（美郷台）	24-3370
さくら歯科クリニック（美郷台）	24-5454
佐野歯科医院（大袋）	22-3631
平田歯科医院（飯田町）	23-0576
とみさわ歯科医院（飯田町）	27-5015
いしだ歯科医院（飯田町）	28-8791
ノウチ歯科クリニック（並木町）	24-2566
青柳歯科クリニック（公津の杜）	29-3168
小出歯科医院（公津の杜）	28-1452
伊藤歯科医院（公津の杜）	29-0418
栄歯科医院（大竹）	26-8060
大野歯科医院（大生）	36-1523
三里塚歯科医院（本城）	35-5215
渡部歯科医院（三里塚光ケ丘）	35-3090
藤崎歯科医院（三里塚御料）	35-0269
角田歯科医院（西三里塚）	35-2277
野澤歯科医院（吾妻）	28-2211
ながい歯科医院（加良部）	28-6377
メイヨ歯科成田ニュータウン診療所（加良部）	27-5481
斉藤歯科医院（橋賀台）	26-6480
さいとう矯正歯科クリニック（橋賀台）	26-6226
大森歯科口腔外科医院（玉造）	28-3852
ハヤシダ歯科医院（玉造）	27-8548
吉田歯科（日本航空成田オペレーションセンター3階）	34-8148
成田病院（押畑）	22-2551
聖マリア記念病院（取香）	32-0711