

どうして大事なの？ 歯科健診

◎歯周病は全身の健康に影響する

歯周病は歯を失う大きな原因ですが、歯周病菌が歯ぐきの血管から全身に運ばれると、ほかのさまざまな病気を引き起こすリスクも高めます。そのため、歯周病を防ぐことは全身の健康維持につながります。歯周病は初期には自覚症状がほとんどなく、気づかないうちに進行するため、健診を受けて歯周病やむし歯の早期発見、早期治療をすることが大切です。

◎歯周病が引き起こす主な疾患

- ・ 糖尿病
- ・ 心筋梗塞
- ・ 脳梗塞
- ・ 誤えん性肺炎
- ・ 骨粗しょう症
- ・ 認知症
- ・ 早産
- ・ 低出生体重児

◎口の衰え（オーラルフレイル）は全身の衰え（フレイル）につながる

「食べ物がかみづらい」「飲み込みにくい」「むせることがある」など、高齢になると歯や口のトラブルが起こりやすくなります。しかし、「年だから…」と軽視は禁物です。お口のささいな衰えは放っておくと体やこころへの悪影響（誤えん性肺炎、低栄養状態、認知症、閉じこもり、うつなど）を招き、要介護状態となる引き金になります。

健診で歯や口の状態、入れ歯の状態をチェックして、プロのアドバイスのもとお口をお手入れすることで、機能低下を防ぎ、健康寿命を延ばしましょう！

浦臼歯科診療所で行っている後期高齢者歯科健診では、かむ力や飲み込む力の評価も行っています。

★ 歯科健診を受けましょう

対象者： ・ 後期高齢者医療保険被保険者の方
 ・ 40歳～74歳の方

場所： 浦臼町歯科診療所（電話68-2207）

診療日時： 月曜日9：00から18：30まで

水・金曜日9：00から17：30まで

※12：00から13：00を除く

※現時点での診療日時になります。最新の診療曜日、時間は町ホームページをご確認いただくか、直接歯科診療所にお問い合わせください。

健診の受け方： ①歯科診療所に直接電話で予約をする。

②予約した日に保険証を持参し、受診する。

受診期間： 令和6年2月29日まで

お問い合わせ： 福祉課保健指導係 電話：69-2100

健診料は
無料になります！
歯のクリーニングも
無料です！



なかそらち図書館ネットワーク推進事業 おはなしカーニバル

開催日 11月19日（日）

定員 100名（申込不要）

時間 13：30～15：30（開場13：00）

内容 大型絵本・かみしばいの読み聞かせ

場所 農村センター

パフォーマー「カム」による特別講演

料金 無料

休憩スペースにて布遊具やおりがみ等

お問い合わせ 中空知広域市町村圏組合事務局

で遊ぶことも可能です

電話：22-1226

短歌

浦白短歌会

モノクロの写真をながめ孫が言う
「ばあちゃん昔女の子だね」

井川 恵美子

まん丸な十五夜の月に魅了され
ふと恥ずかしくカーテンを引く

井下 隼子

真夏日の残暑続きで彼岸くる
秋風涼し赤とんぼ舞う

藤岡 恭萬

朝の陽に首振り人形踊り出す
「日本晴れヨ！」と告げるが如し

本間 マキ子

中秋の名月車窓に仰ぎつつ
東京帰りの妻を迎えに

森 一喜

空港の出口に待ちて手を振りぬ
吾娘の姿も涙でかすむ

森 小夜子



今月の粗大ごみ収集日

は11月21日(火)です。

11月14日(火)までに申し込みをされた方の戸別(訪問)収集日です。

※12月の収集日は12月19日(火)です。申込締切日は12月12日(火)です。

自動車運転免許更新時講習会

優良運転手のみが受講できる講習会で、ご自宅に「運転免許証更新連絡書」が届きますので、滝川警察署砂川警察庁舎等で更新の手続き(申請等)を済ませ、「優良講習」対象者に該当するかどうか確認の上、受講してください。
更新手続きは、誕生日の前後合わせて2ヶ月間の間に行ってください。

とき 11月16日(木)・午後6時から
ところ 奈井江町文化ホール(JR奈井江駅前)

最終処分場放流水水質検査結果(9月分)

項目	水素イオン濃度 (pH)	浮遊物質量 (SS)	生物化学的酸素要求量 (BOD)	化学的酸素要求量 (COD-Mn)	全窒素 (T-N)	
採取日	9月7日(木)	7.7	1未満	0.5未満	2.8	1.50
基準値	5.8~8.6	10以下	20以下	90以下	120以下	

浦臼町共同募金委員会からのお知らせ

募金期間 10月1日~12月31日
募金場所 役場、保健センター

皆様から寄せられた募金は、浦臼町の社会福祉活動のために役立てられています。今年も皆様からのご協力をお願いいたします。



ひとのうごき

男 775人 (-3人)
女 832人 (-2人)
計 1,607人 (-5人)
世帯数 778戸 (-1戸)

()内は前月との比 ■9月末現在

はい!こちら119番

その他の出動	救助出動	救急出動	警戒	火災出動	区分	
					9月1日 ↓ 9月30日	9月分
1 (3)	0 (0)	11 (28)	0 (1)	0 (0)	9月1日 ↓ 9月30日	9月分
1 (17)	0 (6)	79 (334)	5 (17)	0 (2)	1月1日 ↓ 9月30日	累計

浦臼町内の出動状況 ()内は奈井江・浦臼支署全出動状況

編集後記

早いもので、もう11月を迎えました。あんなに暑かった夏があっという間に寒くなり、まもなく冬到来と考えると時の流れの早さを改めて感じます。まだ冬支度を行っていない方は早めに行うようにしましょう。

そんな私ですが、今年は中止となっていたイベントがどんどん開催され、味覚祭りやマラニック、そば祭りなどたくさんの取材に行くことができました。勉強になったのはもちろん、町民の方とコミュニケーションを取ることがとても楽しく、個人的には取材に行くことが少し楽しみだったりしていました。(稲部)