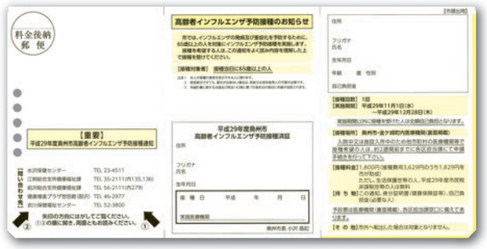
予防接種のお知らせ（高齢者インフルエンザ）

インフルエンザ発病と重症化を予防するために、65歳以上の人を対象にインフルエンザ予防接種を実施します。対象者には10月末にはがきで通知しますので、よく読み内容をご理解の上、接種を受けてください。

■**対象**　昭和27年12月29日以前生まれで、接種当日に65歳以上の人
■**期間**　29年11月1日㈬～12月28日㈭
■**実施医療機関**　市指定医療機関（通知はがきに医療機関一覧を掲載）
■**自己負担金**　1,800円（生活保護世帯と29年度市民税非課税世帯の人は無料）
■**接種時に必要なもの**　通知はがき、身分証明書（健康保険証など）、自己負担金
■**その他**
〇東日本大震災およびその余震により住家が全半壊、全半焼した人などは、減免申請を行うことで自己負担金が無料になります。接種を受ける前に問い合わせ先で手続きをしてください。一部損壊の人は該当となりません。
〇期間中に65歳になる人でも、接種当日に65歳になっていない場合は全額自己負担になります。
■**問い合わせ**　水沢保健センター（☎㉓4511）、各総合支所健康福祉課



通知はがき

保健だより ～精密検査を忘れずに～

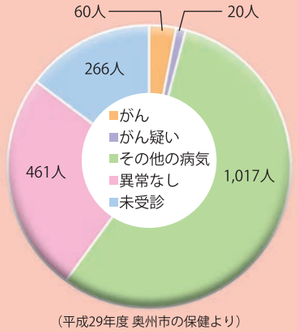
がん検診を受けた結果、要精密検査と判定されると「がんではないか」と怖く感じる人もいるかもしれませんが、必ずしもがんとは限りません。

がん検診での要精密検査という判定は、がんも含め病気の疑いがあると判断されたものです。精密検査でより詳しい検査をして、病気がないかチェックする必要があり、そのまま放置しないことが大切です。平成28年度のがん検診では、４万2,769人が受検し、1,824人が要精密検査と判定されました。精密検査を受けた人の中で、60人にがんが見つかり、20人ががんの疑いと診断されました。また、1,017人にがん以外の病気が見つかっています。

自覚症状がないからと受診せずにいると、がん検診で見つかるはずだった病気を放置してしまう可能性があります。

自覚症状のない早期に発見、治療ができれば、がんやその他の病気の治癒率が高まります。また、早期であるほど治療にかかる費用や体への負担も少なくて済みます。早期発見、早期治療のためにも必ず精密検査を受けましょう。

平成28年度 がん検診精密検査結果



（平成29年度 奥州市の保健より）

■**問い合わせ＝水沢保健センター（☎㉓4511）**

11月８日は「いい歯の日」です

健康でいきいきとした生活を送るためには、毎日の食事をおいしく食べることが欠かせません。そのためには、歯や口の健康を保つことが重要です。大切な歯や口の機能を守るため、定期的に歯科健診を受けましょう。

【歯の役割】
歯には「食べ物をかみ砕く」「発音を助ける」「顔の形を整える」などたくさんの働きがあります。中でも、かむことは、食べ物を飲み込みやすくするだけでなく、食べ物をおいしく感じさせたり、消化や吸収を助けたりと健康に役立つ効果があります。

いつまでも健康でいるためには、しっかりかめる歯を保つことが重要です。

【歯と口のチェックをしましょう】
歯の病気でまっ先に思い浮かぶのはむし歯ですが、実は歯を失う原因で最も多いのは歯周病です。生活習慣病の一つである歯周病は、糖尿病や心臓病、脳卒中などの体の病気と深く関係しています。

昨年度、市が実施した成人歯科健康診査の結果、60歳の平均歯数が25.3本、70歳では22.1本、76歳では21.3本でした。歯を失ってしまったら、入れ歯などで補うことが大切です。しっかりかんで食べられるだけでなく、転倒や認知症の予防にもつながります。

いつまでもおいしく安全に食事をするために、歯がかめる状態か、入れ歯が口に合っているか、口腔機能が維持できているかを定期的に歯科医院で診てもらいましょう。

◉歯科健診を受けましょう

市は、成人歯科健康診査を実施しています。自覚症状が出てからでは手遅れになることもあります。通知書が届いている人は早めに健診を受けましょう。また、治療中、個人で健診を受けている人など、市の歯科健診を受けない人はお知らせください。

■**期間**　12月30日㈯まで
■**実施機関**　市内指定医療機関
■**対象**
29年度に35歳、40歳、50歳、60歳、70歳、76歳になる人（対象者には通知書を５月に発送済）
■**自己負担金**
35歳無料、40・50・60歳900円、70・76歳600円
■**問い合わせ**
水沢保健センター（☎㉓4511）、各総合支所健康福祉課

◉イイ歯デーテレホン相談

歯や口の健康に関する無料電話相談です。歯科医師が歯科に関する悩みの解消をお手伝いします。

■**日時**　11月８日㈬　午前10時～午後７時
※相談をいったん受け付けし、午後７時以降に歯科医師が相談者に折り返し電話で回答
■**電話番号**　019-651-7341（県保険医協会イイ歯デーテレホン相談係）
■**相談内容**　歯や口に関する悩みについて何でも
■**相談料**　無料
■**問い合わせ**　県保険医協会歯科部会（☎019-651-7341）

市営住宅入居者募集

■**受付期間**　10月26日㈭～11月10日㈮　※申込書は申込先で配布
■**問い合わせ・申込先**　本庁建築住宅課住宅係（内線542、543）

区	住宅名	所在地	構造・室数	戸数	家　賃（円）	募集内容
水沢	ひばりが丘住宅	字川端	中耐３階建・３ＤＫ 中耐４階建・３ＤＫ	5	17,000～31,500	１階３戸（うち車イス対応１戸）、３階１戸、４階１戸
	川端住宅	字川端	中耐３階建・３ＤＫ	1	13,200～19,700	１階１戸、単身可
	石田住宅	字桜川	中耐４階建・３ＤＫ	2	17,900～26,700	１階１戸、２階１戸
江刺	下苗代沢住宅	岩谷堂字下苗代沢	木造平屋建・２ＬＤＫ	3	22,700～33,700	
	向山住宅	岩谷堂字向山	木造２階建・２ＬＤＫ	1	15,900～23,700	２階１戸、単身可
前沢	竹沢団地	字竹沢	木造２階建・２ＬＤＫ	4	25,100～38,200	
			木造平屋建・１ＤＫ	1	13,600～20,200	単身可