

あいさいさんの  
健康まめ知識

# 今年も健康診査を受けよう！！

特定健診は、生活習慣病をより効果的に予防するための健診です。ぜひ年に1回受診してご自身の生活習慣を振り返るきっかけにしてください。

い  
ま  
せ  
ん  
な  
ん  
か  
？

元気だから  
自分には  
必要ない

忙しいから  
行く時間も  
無い

1,2年  
受けなくても  
問題ないでしょ

特定健診をまだ受診していない人・迷っている人…

特定健診は **お得なこと** がたくさんあります！！

## 費用は無料！

個人で受ければ約10,000円はかかる検査が、市が健診費用を補助するため無料で受けられます。

## 異常を早期発見！

年に1度健診を受けることで異常の有無だけでなく、ご自身の体を数値化してみることができます。

## 保健指導で健康改善！

健診の結果、生活習慣病の危険性があると判断された方には、リスクに応じた保健指導が受けられます。

## 【国民健康保険・後期高齢者医療の方】

対象の方へはオレンジ色の封筒を5月上旬にお送りしています。詳細は同封の「健康診査・がん検診等のお知らせ」をご覧ください。  
※がん検診も受診される方は、がん検診等受診券・検診料も必要です。

## 健診を受けた後は…

今年度特定健診を受けた方を対象に下記の日程で**結果説明会**を行います！！  
健診結果の見方や、具体的な健康づくりのアドバイスなど生活習慣の改善や見直しに必要な情報をお伝えします。ぜひご参加ください。(お申し込みは下記へ)



令和4年度開催日	会場	令和4年度開催日	会場	時間：午前10時～10時50分 持ち物：健診結果 内容：①健診結果の見方 ②生活習慣改善のポイント (主に食生活について)
8月31日(水)	市役所 南館	11月9日(水)	佐織総合福祉センター	
9月28日(水)	佐織総合福祉センター	12月6日(火)	市役所 南館	
10月22日(土)	市役所 南館			

【社会保険の方(会社に勤めている人やその家族など)】詳しくはお勤め先へお問い合わせください。

愛西市へ転入された方 愛西市での健診を希望される場合は保険年金課へご連絡ください。

☎ 保険年金課 特定健診担当 ☎(55)7119 FAX(26)5515



## 歯の健康講座

### 『歯周病と認知症』

認知症の高齢者は年々増加し、2025年には65歳以上の5人に1人が認知症になると言われています。認知症にはいくつかの種類があり、その多くは脳血管性認知症とアルツハイマー型認知症です。

歯周病は50歳代以上の約80%がかかっている疾患です。一般的な歯周病とは、口の中の病気と捉えられがちですが、最近の研究では認知症とも関わっていることがわかりました。

歯周病にかかっていると、口の中の菌が歯ぐきから血管内に侵入し、脳まで流れ着いて小さな脳出血を引き起こします。

その結果、脳神経細胞がダメージを受けて脳血管性認知症を引き起こすことがわかってきています。

アルツハイマー型認知症はアミロイドβが脳内で蓄積することで発症します。

また歯周病細菌がアミロイドβというタンパク質の生成・蓄積を促進させることがわかっています。

成人で歯を失う原因のうち、最も多いのが歯周病ですが、歯が抜けている本数が多い人ほど認知症を発症しやすいことも併せて分かっています。

他にも、歯周病と認知症の関係は、様々な研究結果から明らかになってきています。毎日の正しいブラッシングと、定期的な歯科医院での健診によって、認知症のリスクを減らしていきましょう。  
(海部歯科医師会)