



6月の平日夜間・休日診療のご案内

●平日夜間診療・休日診療のお問合せは、下記へお尋ねください。

海部南部消防署 ☎52-0119

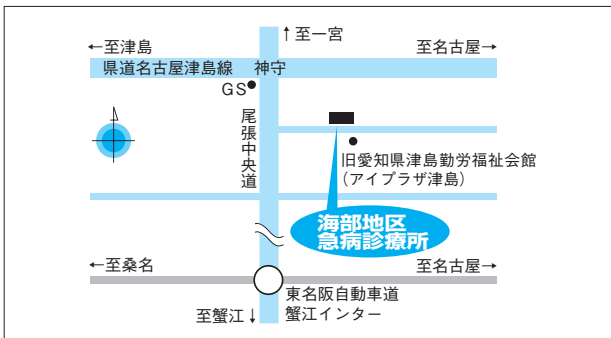
救急医療情報センター ☎26-1133

海部地区急病診療所 ☎25-5210

海部地区急病診療所 津島市莪原町字郷西37

診療科目	診療日	受付時間
内科 小児科	土曜	午後6時～8時30分
	日曜 祝日・休日	午前9時～11時30分 午後1時～4時30分 午後6時～8時30分
	上記以外の月曜～金曜	午後8時30分～11時
歯科	日曜 祝日・休日	午前9時～11時30分 午後2時～4時30分

ホームページ <http://amaq.sakura.ne.jp>



病状等のお問合せは、受付時間内に直接お電話してください。

くすり安心電話

- 内容 くすり、医療用品等に関する緊急の相談、質問、問合せ
- 電話番号 090-2136-3858
- 対応時間 午後9時～翌朝9時まで

休日の診療は以下のとおりです。

〈外科〉は、海部郡・津島市・愛西市・弥富市・あま市内の在宅当番医による輪番制で行っています。

〈内科〉は、海部地区急病診療所で行っています。

週末の担当病院です

休日診療〈外科〉 午後5時以降は消防署へお尋ねください。専門外の患者さんは、お断りする場合があります。

◆診療時間	土曜	午後1時～5時	日曜・祝日	午前9時～午後5時
3(土)	小西 整形外科	052-875-7178	あま市	
4(日)	服部 整形外科皮膚科	65-1200	弥富市	
10(土)	もりや 整形外科	052-445-3711	あま市	
11(日)	つつみ 整形外科クリニック	97-0223	蟹江町	
17(土)	奥村 クリニック	22-2600	津島市	
18(日)	そぶえ 整形外科	67-5010	弥富市	
24(土)	かみ 形成外科	22-2077	愛西市	
25(日)	鈴木 整形外科	28-8838	愛西市	

7月

1(土)	後藤 整形外科	25-5511	津島市
2(日)	こじま 整形外科	25-9911	愛西市
8(土)	わたり 整形外科	052-449-6699	あま市
9(日)	駅前ふじたクリニック	052-462-0222	あま市
15(土)	奥村 整形外科	052-445-5667	大治町

災害用伝言ダイヤル171を知っておきましょう

●「171」をダイヤルし、利用ガイダンスにしたがって伝言の録音・再生をしてください。

伝言の録音

171

録音の場合は

1

××××××××××××××××

録音

ガイダンスが流れます。

ガイダンスが流れます。

※被災地の方も、被災地以外の方も、被災地の方の電話番号を市外局番からダイヤルしてください。

ガイダンスが流れます。

(30秒以内)

伝言の再生

171

再生の場合は

2

××××××××××××××××

再生

8020(ハチマル・ニイマル)運動をご存知の方も多いと思いますが、実は愛知県が発祥の地なのです。「80歳になっても自分の歯を20本以上保とう」という運動で、20本以上の歯があれば、食生活には満足できるといわれており「生涯、自分の歯で食べる楽しみを味わえるように」との願いを込めて平成元年から厚生省(現在の厚生労働省)と歯科医師会が始めました。

8020の達成率は、運動開始当初は7%程度で80歳の平均残存歯数は4~5本でしたが、現在では達成率は40%近くまで増え平均残存歯数も13~14本まで増えました。そして最近になって「8020達成者は非達成者よりもQOL(生活の質)を良好に保ち、社会活動への意欲が強い。」「歯がほとんどなく義歯を装着していない人と比較して、20本以上歯がある人は認知症の発症リスクが低い。また転倒する危険性も低い。」という調査報告がされています。また仮に8020を達成できなかつた方も、しっかりと噛むことができる義歯(入れ歯)などを入れて口の中の状態を良好に保つことで、20本あるのと同程度の効果が得られます。

つまり8020達成を目指すことは健康寿命の延伸につながると考えられます。健康寿命とは「健康上の問題で日常生活が制限されることなく生活できる期間」と定義されていますが、要は「日常的に介護などのお世話にならず、自立した健康的な生活ができる期間」のことです。

いつまでもおいしく食べ続け、健康で過ごせるよう8020達成を目指しましょう。そのためにも気軽に相談に乗ってくれたり、指導してくれる「かかりつけ歯科医」を持ち、定期的に歯の健診を受け、歯を失う原因となるむし歯や歯周病を早期に発見し、早期に治療を受けるように心がけましょう。

(海部歯科医師会)

歯の健康講座
その418