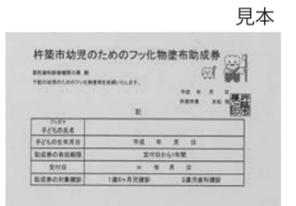


「杵築市幼児のためのフッ化物塗布助成券」を利用しよう!

杵築市では、幼児健診の際にフッ化物塗布を行っています。そして、継続的にフッ化物塗布ができるよう「フッ化物塗布助成券」を交付しています。

フッ化物塗布は、子どもの歯のむし歯予防に効果的で、継続的に行うことでその効果をより高めることができます。健診でフッ化物塗布をして終わりではなく、助成券を利用して子どもに「良い歯」をプレゼントしましょう。



- 【対象者】 1歳6か月児健診・2歳児歯科健診受診者
 - 【有効期限】 交付日から1年間
 - 【助成額】 1,500円
 - 【助成券の利用場所】 杵築市内の歯科診療機関
 - 【必要な物】 杵築市幼児のためのフッ化物塗布助成券
- ※フッ化物助成券を紛失した方は再交付の手続きを行いますので、健康長寿あんしん課までご連絡ください。
- 健康長寿あんしん課 ☎0978-64-2525



第22回 杵築市子育て教室 嘔吐下痢症への対策は万全ですか?

- 【とき】 12月20日(火) 13時~13時30分
- 【ところ】 山香病院健診センター 2階 会議室
- 【講師】 杵築市立山香病院小児科 半田 陽祐 先生



みんなあつま! **児童館** 12月

杵築 ☎0978-62-6250

見てみよう、やってみよう!

- 12月10日(土) 10時~11時30分 「カローリング」
- カーリングのような軽スポーツに挑戦しよう!
- 12月7日(水) 15時30分~
- 12月9日(金) 10時~10時30分
- 12月17日(土) 13時~13時30分

工作あそび

- 12月7日(水) 15時30分~
- 12月9日(金) 10時~10時30分
- 12月17日(土) 13時~13時30分

親子工作教室

- 12月25日(日) 10時~11時30分 「ころころタンク」

※小学生以上は子どもだけで参加できません。

※要申込 (1週間前まで)

山香 ☎0977-75-2223

工作あそび

- 12月9日(金) 10時30分~11時30分
- 12月20日(火) 14時30分~15時



こどもの健診・教室

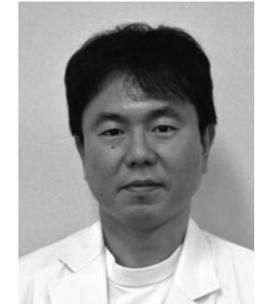
園子育て世代包括支援センター ☎0978-64-2525

- 健診
- ＜杵築地域：健康推進館＞
- 4・5か月児健診
対象・平成28年7・8月生まれ
12月16日(金) 13時~13時30分受付
 - 10・11か月児健診
対象・平成28年1・2月生まれ
12月15日(木) 13時~13時30分受付
 - 3歳児健診
対象・平成25年6月生まれ
12月14日(水) 13時~13時30分受付
- ＜山香・大田地域：山香福祉ステーション＞
- 4・5か月児健診
対象・平成28年8・9月生まれ
 - 10・11か月児健診
対象・平成28年2・3月生まれ
 - 1歳6か月児健診
対象・平成27年6・7月生まれ
 - 3歳児健診
対象・平成25年6・7月生まれ
1月11日(水) 13時~13時30分受付

- 教室
- のびやか広場
対象・概ね1歳未満の赤ちゃんと保護者
12月5日(月) 10時~12時
場所・健康推進館
内容・「身体計測・育児相談等」
 - わんぱくサークル 新規要予約
対象・概ね1歳以上の子どもと保護者
12月20日(火) 10時30分~12時
場所・健康推進館
内容・「パネル・エプロンシアター、親子ふれあい遊び」
 - ママパクラス 要予約(5日前)
対象・杵築市内の出産を控えたご夫婦
12月11日(日) 9時30分~12時
場所・健康推進館
持ち物・母子手帳・飲み物



「腸内細菌のはなし」



内科部長
ふじわら かんすけ
藤原 貫為

山香病院だより vol.112

腸内に生息している細菌の集団、「腸内細菌叢」の異常が様々な疾患と関連していることが明らかになってきており、昨今、トピックとしてテレビ、雑誌等でも取り上げられることが多くなりました。

腸内細菌叢のバランスや量の異常が、糖尿病・肥満・炎症性腸疾患・肝臓癌・冠動脈硬化症・難治性うつ等々の疾患の発症、進行に深く関わっているというのです。

腸内細菌は、フローラ(叢)と呼ばれるいくつかのグループを形成しており、ヒトの場合、大きく「バクテロイデス門」(ファーミキューテイス門)、「プロテオバクテリア門」(アクチノバクテリア門)の4つに分類されます。

消化管、特に小腸や大腸には全身の免疫担当細胞の8割が集結している上、消化管自身が多様なホルモンを分泌して、我々の血糖値や食欲、体重の調節に大きな役割を果たしています。その消化管に10

0兆個以上、重量にして1~1.5kgの細菌が住みつき、我々と共生しているのです。そのため、我々の糞便のおよそ半分は腸内細菌の死骸でできています。

肥満のヒトの腸内細菌叢の中では「バクテロイデス門」に属する細菌(善玉)が減少し、反対に「ファーミキューテイス門」の細菌(悪玉)が増加していることがわかっていま

す。実際、標準マウスの腸内に肥満マウスの糞便を注入すると標準マウスは太り始めます。

そしてこの腸内細菌叢のバランス異常は、肥満を是正する食事療法(減量)により改善することもわかっています。

このほか、玄米などの難消化性の未精製穀物を摂取すると、腸内細菌叢による発酵現象により様々な短鎖脂肪酸が産生され、我々の健康を維持する多彩な効果を発揮することや、特定の腸内細菌が産生する物質が肝臓がんを誘発すること、高脂肪食を摂取すると腸内細菌叢が大きく変化し、消化管粘膜の炎症、それに伴うバリア機能障害から糖尿病や肥満を引き起こすことなどもわかってきました。

12月3日~9日は「障がい者週間」

この週間を中心に、杵築市でも杵築市身体障がい者福祉協会の協力の下、街頭での啓発活動を行います。

今年4月には「障害者差別解消法」が施行されました。障がいのある方々を取り巻く社会環境には、物理的・制度的なバリア(障壁)に加えて、心のバリアも依然として存在しています。この機会に、ともに社会を生きる仲間として、「障がい」について考えてみませんか?

◆障害者基本法 第3条より【基本的理念】
すべての障害のある方に対し、

- 1 個人の尊厳が重んぜられ、その尊厳にふさわしい生活を保障される権利を有する。
- 2 社会を構成する一員として社会、経済、文化その他あらゆる分野の活動に参加する機会が与えられる。
- 3 何人も、障害者に対して、障害を理由として、差別することその他の権利利益を侵害する行為をしてはならない。

お気軽に
ご相談
ください

【杵築市委託相談支援事業所】

- ◆しらほぎ障がい者生活支援センター
Tel 0978-62-2276
- ◆樹の実園相談支援センター
Tel 0978-62-2111
- ◆太陽の家障がい者生活支援センター
Tel 0977-72-1682

【杵築市障がい者相談員】
身体障がい相談員5人、知的障がい相談員2人で随時受付しています。詳しくは、市報7月号をご覧ください。

福祉推進課 障害福祉係 ☎0977-75-2405(内線164)