

熱中症を予防しましょう！

熱中症にかかる人が急増する7月は「熱中症予防強化月間」です。5つの声かけを実践して、夏を乗り切りましょう！

■温度に気をくばろう

今いるところの温度、これから行くところの温度を、温度計や天気予報で知るようにしましょう。

■飲み物を持ち歩こう

「出かける前のコップ一杯」を夏の習慣にし、のどがかわく前に水分補給をしましょう。

■休息をとろう

屋外で暑さや疲れを感じたら、無理をせず涼しい場所に移動しましょう。



■栄養をとろう

朝食を抜かず、バランスよく食べましょう。

■声をかけ合おう

家族やご近所で「水分とってる?」「少し休んだ方がいいよ」など、声をかけ合いましょう。

◆問い合わせ先

健康対策課

☎0859・54・5206

おことわり

今年度の医療機関での

乳がん検診・乳房超音波検査について

「大山町健診のしおり」に掲載の「新田外科胃腸科病院」では、乳がん検診・乳房超音波検査を受診することができなくなりました。

他の医療機関での受診をお願いします。

◆問い合わせ先

健康対策課

☎0859・54・5206

後期高齢者医療歯科健康診査

(口腔健診)を受けましょう

後期高齢者医療制度に加入している方を対象に、歯・歯肉の状態や口腔清掃状態等をチェックする「歯科健康診査(口腔健診)」を実施します。口腔機能の低下や、肺炎等の疾病を予防するために年に一度は口腔健診を受けましょう。

【健診の流れ】

- ①後期高齢者医療広域連合または役場健康対策課(☎0859・54・5206)へ申し込みます。
- ②後期高齢者医療広域連合から送付される受診券・問診票・受診できる歯科医院一覧等を受け取ります。
- ③受け取った一覧から希望する歯科医院に申込みをして、健診を受けます。

*健診の結果を受け取り、詳しい検査や治療が必要であれば医療機関を受診し、生活習慣を振り返り、改善できることは実践しましょう。

【健診の内容】

問診・噛む力や飲み込みの力の確認・舌の動きの確認・歯や歯肉の状態の確認



【受診費用】

健診自体は無料ですが、その後に治療行為が行われる場合は有料となりますので、十分な説明を受け、納得の上で治療を受けてください。

【受診期間】

6月1日(土)

～令和2年1月31日(金)

※健診は、同じ年度内に1回のみです。

◆問い合わせ先

鳥取県後期高齢者医療広域連合業務課

☎0858・32・1095