

塩谷郡市医師会リレーコラム シリーズ「在宅医療」

●ご意見やご質問、取り上げてほしい病気などありましたら
塩谷郡市医師会までお便りをお寄せください。
問い合わせ／〒329-1312 さくら市桜野1319-3
さくら市氏家保健センター内 塩谷郡市医師会

第7回「訪問歯科診療」

渡辺歯科医院 スペシャルニーズセンター センター長 菊地 公治(さくら市)

初めに、食事とは、健康への第一歩であり、人生の楽しみでもあります。しかしながら、疾病のため歯科医院に通院が困難になられる方がいらっしゃいます。通院が困難なために、楽しい食事の時間が失われてしまうのは、人生の損失ではないでしょうか？

私たち歯科医師は訪問歯科（患者さんの自宅や施設での診療）を行っています。ただ、患者さんなどからは、「自宅まで訪問してくれるの？」「どこまで処置をしてくれるの？」ということをよく聞かれます。

塩谷郡市の歯科医師で構成する塩谷歯科医師会では、持ち運び可能な歯科切削器具を常備しており、虫歯の治療から義歯の作製および調整が可能です。レントゲン撮影（口腔内）もできますが、詳しくは、担当の先生にお尋ねください。ただ、器材の設置が煩雑なため、自宅や施設の中での診療時間には、ある程度の限りがあるのも確かです。

まずは、1番楽しい食事の時間の作り方を私たち歯科

医師や衛生士と一緒に考えてみませんか？義歯(入れ歯)が合わなくなれば、義歯の上手な先生などが塩谷歯科医師会にはたくさんおられますので、まずは相談してください。自宅などの訪問の場合は、初めから治療ではなく、治療環境（近くに水場はあるかなど）の確認もあるため2回目以降の訪問から治療になりますので、ご注意ください。ご自宅で用意いただければ助かるものは、普段使用している歯ブラシと口の中にたまった水を出すバケツとタオル3枚程度です。

口の中をきれいにすることにより、誤嚥性肺炎（全死亡率の約10%）を予防し、不要な入院を少なくすることができます。そのためにも、噛むことができる義歯や口腔内環境を改善することで風邪やインフルエンザなどを予防することが元気でいられる秘訣と考えています。

よく噛める歯（義歯）がなければ、胃に負担をかけ、小腸に負担をかけ、大腸に負担をかけ、最終的に自身に負担をかけて病気になるわけです。

国民年金 4月上旬に保険料 「納付書」をお送りします

問い合わせ／大田原年金事務所 ☎(22)6311
矢板市市民課 ☎(43)1117
☎(43)5962

平成30年度の国民年金保険料は、月額16,340円です。

国民年金からは、老齢基礎年金のほかに、障害基礎年金や遺族基礎年金が支給されます。また、納めた保険料は全額が社会保険料控除の対象になります。

国民年金の保険料は毎年改定されますが、平成30年度は月額16,340円です。日本年金機構から4月上旬に送付されてくる1年分の「納付書」で、翌月の末日までに納めてください。

なお、保険料は原則納付期限から2年を過ぎると納められなくなりますので、ご注意ください。

納付窓口は、金融機関（ゆうちょ銀行を含む）、またはコンビニエンスストアです。ほとんどの金融機関で口座振替もできますので、ご利用ください。

※年金事務所でも口座振替の申し込み（郵送も可）ができます。

水道料金の納付は便利な 口座振替をご利用ください

問い合わせ／水道課 ☎(44)1511

水道料金を納付書により納めている方は、ぜひ口座振替をご利用ください。

～口座振替はメリットのある納付方法です～

- 納期ごとに金融機関、コンビニなどへお出掛けいただく手間がなくなります。
- うっかり支払い忘れることがなくなります。
- 支払いのために現金を持ち歩く必要がなくなります。
- 一度手続きをすれば自動的に振替が更新されます。

手続き場所／

- ・上下水道事務所窓口
- ・預金口座がある取扱金融機関
(振替可能な銀行等…足利銀行、栃木銀行、塩野谷農業協同組合、大田原信用金庫、中央労働金庫、那須信用組合、ゆうちょ銀行)

手続きに必要なもの／

預貯金通帳、預貯金通帳の届出印

5月の集団健康診査日程

※市ホームページ（トップページ＞組織でさがす＞健康増進課＞各種健診の日程）に健診日の混雑状況を掲載しています。どうぞご覧ください。
申込・問い合わせ／健康増進課 ☎(43)1118

受診される方は、次のものを必ずお持ちください。

- ①保険証
- ②集団健診のお知らせ（問診票）
- ③受診券（特定健診を受診する社会保険の方）

また、お申し込みをされていない方で受診希望の方や、日程変更を希望する際は、必ず健康増進課へご連絡ください。（※健診予定日に発熱やせきなど、体に異常がある場合は、後日改めて受診してください。）

	受付時間	場所	特定健診 胃・肺・大腸・前立腺がん	乳・子宮がん 骨粗しょう症	備考
8日(火)	8:00～10:30	片岡公民館	○	○	
11日(金)	8:30～10:30	城の湯ふれあい館	○		
15日(火)		片岡公民館	○		
17日(木)			○		
18日(金)			○		
19日(土)	8:00～10:30	保健福祉センター	○	○	※健診は女性のみ
22日(火)		泉公民館	○	○	
27日(日)			○	○	
29日(火)			○	○	
30日(水)		文化会館小ホール	○	○	
31日(木)			○	○	
31日(木)			大腸がんのみ提出可	○	※健診は女性のみ

マイナンバー制度 転入・転居をされた方へ

問い合わせ／
市民課 ☎(43)1117 ☎(43)5962
マイナンバーコールセンター ☎0120(95)0178

- 個人番号に関するカードの住所変更が必要です
マイナンバー自体は引っ越しでも変わることはありませんが、マイナンバーカード・通知カードに新住所を追記する必要があります。転入届・転居届を提出する際に、市民課窓口でマイナンバーカード・通知カードの住所変

更手続きを行ってください。その際、本人確認を行いますので、身分証明書をお持ちください。
※マイナンバーカードの住所変更手続きを行うことなく90日を経過すると、そのカードは失効となります。

- ご家族全員分のお手続きもお忘れなく
同一世帯の住所変更手続きをまとめて行うことも可能です。全員分のマイナンバーカード・通知カードをお持ちください。
※マイナンバーカードは、全員分の暗証番号（4桁）の入力が必要となります。



あの名曲を英語で歌おう♪
楽しく歌って頭の体操！
お馴染みの曲の歌詞を学び、英語で歌う大人気のクラスです！
4/4(水)または4/11(水)10:00～の無料体験クラスにぜひご参加ください。

月謝4860円(税込)
50分×3回
時間：AM10:00～
場所：株式会社ブリジック(矢板市幸岡1373)

入会金 無料
4月分月謝 半額
(2018年4月中にお申込みの方)

株式会社ブリジック ☎0287-55-0011
info@bridgic.com
矢板市幸岡1373 BRIDGIC ☎ https://bridgic.com

お申込みはメール、お電話で！

広報やいたに
広告掲載
しませんか？

①裏表紙限定 60,000円/回 (12cm×17.8cm)
②スタンダード 20,000円/回 (4.1cm×17.8cm)
③気軽にできる 10,000円/回 (4.1cm×8.9cm)

【問い合わせ】秘書広報課 ☎(43)3764