

## 平塚歯科医師会の取組み

### 新型コロナウイルス感染症（COVID19）について

歯科治療を通じての感染報告はありません。  
 歯科医師会員は全員が、感染防止研修を受講済みです。口腔内を清潔にすると免疫力がアップし、自分への感染防止、飛沫感染防止ができ、まわりへの感染も防止できます。ご心配があれば、かかりつけ歯科医にご相談ください。

### 各種診療・相談について

- ①障がい者歯科診療所 診療日：木曜日・土曜日
- ②休日・夜間診療所 診療日：日曜・祝日  
☎(55)2176
- ③平塚歯科医師会事務局・訪問歯科連携室  
☎(26)8255  
場所：平塚市東豊田448-3（平塚市保健センター内）

## 町の歯科健康診査

### 成人歯科健診・口腔がん検診

▶対象 年度内に35～70歳の5歳刻みの年齢になる方  
 5月に受診券のハガキを送付しています。今年度から希望者は「口腔がん検診」も受けられます。

### 妊産婦歯科健診

▶対象 妊娠中、産後1年以内の方  
 産婦歯科健診は、令和2年10月1日以降に出産された方を対象に10月から開始しました。

### 町内の実施協力医療機関

|            |           |
|------------|-----------|
| 青い鳥歯科クリニック | (74) 6480 |
| 有近歯科医院     | (61) 6060 |
| 今井歯科医院     | (61) 0190 |
| 加藤歯科診療所    | (61) 3327 |
| 熊坂歯科医院     | (61) 1101 |
| 郷土歯科医院     | (61) 0648 |
| こだま歯科クリニック | (60) 2111 |
| 小林歯科医院     | (71) 0573 |
| 藤山歯科医院※    | (73) 4899 |
| 松本歯科医院     | (61) 7750 |
| 箕島歯科医院     | (72) 2814 |

※藤山歯科医院では成人歯科健診・妊産婦歯科健診を実施しています。

## 高齢者のインフルエンザ予防接種について

ワクチンの入荷が遅れているため医療機関によっては、すぐに予約ができない場合があります。今後の入荷状況等により接種が可能となる見込みですので、しばらくお待ちください。

## こんにちは 保健師です

インフルエンザにかからないでこの冬を乗り切りましょう

「コロナ禍の新しい生活様式はインフルエンザ予防にも有効」

今まで、新型コロナウイルス感染症対策として、人との距離を保つ、マスクの着用、せっけんを使った手洗い、人混みをさける、室内の換気に気を付けるなどの「新しい生活様式」は、そのままインフルエンザの予防対策になります。

### 【受診する際の注意】

発熱、咳などで受診する際には、必ず事前に受診先の医療機関に電話で相談してください。症状だけでは、新型コロナウイルス感染症と判別するのは難しいと言われてます。かかりつけ医の指示に従って受診してください。

【予防接種を受けていても、油断は禁物】

A型、B型それぞれの流行を予測しては作られています。ウイルスの種類は多様で、予防接種の効果は「感染しにくくすること」、「重症化を予防すること」までです。

### 【日々の生活で大事なこと】

うがい・手洗いが最も重要です。また、自分自身の免疫力(侵

入してきたウイルスを増やさない力)を高めておくことも大切です。改めて、栄養・休養・睡眠が十分にとれているか確認しましょう。疲れやストレスが溜まっていると免疫力も下がってしまいます。体温を測り、体調が心配な時は決して無理せず、仕事や学校を休んで休養をとりましょう。



歯磨きや口の内側、舌などを磨くことも、口腔内の細菌を減らし、ウイルス感染を抑えると言われてます。ウイルスは、最初に喉の粘膜で増えていきま

すので、水分をこまめにとって喉の粘膜を活性化しておくことも効果的です。また、暖房をつけるときには、換気をよくして、乾燥しすぎないように気を付けましょう。

【インフルエンザの流行を防ぐことは】  
 感染すると重篤化する危険度が高い高齢者や持病を持つ方、乳幼児、妊娠中の方を感染から守り、かつ、新型コロナウイルス感染症で逼迫している地域の医療体制を守ることもつながります。

☎スポーツ健康課 吉田  
 内線345