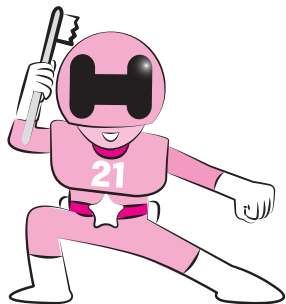


健康にしお21推進
マスコットキャラクター



健康通信

知っていますか？ お口と全身の関係
～成人の約8割が歯周病！～

問西尾市保健センター(☎ 57・0661)

歯周病って何？

□の中の歯周病菌が原因となり、歯と歯を支える歯ぐきや骨などが壊されていく感染症のことで、日本人が歯を失う原因の第1位です。

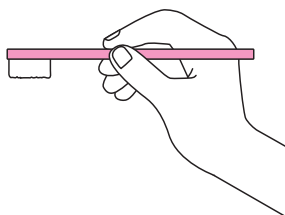
歯ぐきから出血する、□の中がネバネバする、□臭が気になるなどの症状があり、本人が気付かないうちに進行します。

歯周病は全身に影響する

歯周病菌が出す毒素が、全身に回ってしまつと、脳や心臓の病気、肺炎、早産、低体重児出産、肥満などを引き起こしたり、糖尿病を悪化させたりします。

歯周病を予防する

- 予防法その1 「歯磨き」
- ・ 予防の基本は歯磨きです。毎日行い、しっかりと歯垢を除去しましょう。



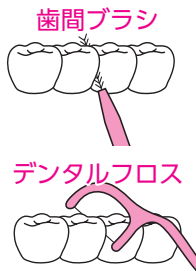
歯ブラシは鉛筆を持つように、無理な力が入らず、歯や歯ぐきを傷つけずに磨けます

- ・ 磨く順番を決めて、磨き残しをなくしましょう



一筆書きで、歯を一周するように磨くのがお勧めです

- ・ 便利なデンタルグッズを利用しましょう



歯と歯の間や、歯並びの悪い部分に使うと効果的

- 予防法その2 「定期的な歯科健診」

定期的に歯科医院で健診を受け、歯石の除去や自分に合った歯磨き方法を指導してもらいましょう。

歯科健診を無料で受診する

市内在住で20歳以上の方は、年1回、無料で歯科健診が受けられます。受診には受診券が必要ですが、詳しくは西尾市保健センターまたは吉良保健センターへお問い合わせください。
※治療を受ける場合は、実費負担です。

市民病院 Q & A

Q

「手術看護認定看護師」の資格を持つ方は、どのような看護をするのですか？

手術看護認定看護師 荒川泰範

A

手術看護認定看護師は、医師から手術の必要性を伝えられた後、手術を受け、退院するまでの「周手術期」の看護をしています。現在は、手術室に勤務し、主に入院後に手術を受ける場面で見守っています。手術に対する不安を抱えた患者さんやその家族に寄り添い、少しでも安心して手術が受けられるように、手術前には病棟を訪問し、手術室内での処置について説明します。また、認定看護師として、手術を受ける患者さんの看護に関する最新の知識と技術を持つことで、身体的・心理的・社会的な状態を総合的に判断しながら、手術で起こり得る事態を予測し、迅速・適切なケアを提供していきます。



手術を受ける方の多くは、漠然とした不安や、手術・麻酔に対する不安を抱えています。また、手術は患者さんやその家族の一大事です。だからこそ、手術に関わる者として、患者さんの代弁者となるように努力していきたいと思えます。

手術の決定から回復期にある患者さんやその家族の意見を尊重した看護を実践していきますので、何か困ったことがあれば気軽に声を掛けください。

岡市民病院管理課 (☎ 56・3171)

図書館ナビ

Library Navi

おすすめの新材

淵に立つ
著…深田晃司／ポプラ社

平穩に暮らす家族の元を一人の男が訪れ、奇妙な共同生活が始まる。「すでに崩壊していた家族」が徐々にあらわになり始めて…。第69回カンヌ国際映画祭の「ある視点」部門審査員賞受賞作を、監督自らが小説化。



12月の映写会

館名	対象	日時	タイトル
西尾市立図書館	小学生以下	10日(土) 午前10時30分	スノーマン
	中学生以上	10日(土) 午後2時	47RONIN
一色学びの館	中学生以上	24日(土) 午前10時	北極のナヌー
	小学生以下	24日(土) 午後2時	母をたずねて三千里
吉良図書館	小学生以下	17日(土) 午後1時30分	十二支のおはなしほか
	中学生以上	17日(土) 午後2時30分	次郎長三国志 大馬鹿者でござんす。
幡豆図書館	小学生以下	3日(土) 午前11時	ハローキティのはじめのクリスマスケーキ
	中学生以上	3日(土) 午後2時	ディロン クリスマスの約束

12月の
休館日

全館共通 5日(月)・12日(月)・19日(月)・26日(月)・29日(木)~31日(土)
各館 西尾市立図書館 (☎56・6200) …15日(木)
一色学びの館 (☎72・3880) …なし
吉良図書館 (☎32・3400) …なし
幡豆図書館 (☎62・6588) …なし

12月のおはなし会

団体名など	対象	日時
▼西尾市立図書館		
よちよちさんのおはなし会	0～2歳児	8日(木)・22日(木) 午後3時30分
ピヨピヨおはなし会	0～3歳児	2日(金)・16日(金) 午前10時30分
おはなしドキドキ	0～4歳児	13日(火)・27日(火) 午前10時30分
おはなしの会きらら	園児・小学生	3日(土) 午前11時
鶴城中学ボランティアーズ	園児・小学生	17日(土) 午後3時
水曜おはなし会	どなたでも	7日(水)・14日(水)・21日(水)・28日(水) 午後3時30分
紙芝居のおはなし会	どなたでも	24日(土) 午前10時
▼一色学びの館		
ラッコランド	0～1歳児	15日(木) 午前11時
めそっこランド	2～3歳児	8日(木) 午前11時
土曜日のおはなし会	園児・小学生	3日(土)・10日(土) 午前10時30分 17日(土) 午後3時
▼吉良図書館		
おはなしキラキラ	0～4歳児	7日(水)・21日(水) 午前10時30分
ひよこランド	2～4歳児	14日(水)・28日(水) 午前10時30分
よみかかせ会	園児・小学生	4日(日) 午前10時30分
土曜お話し会	園児・小学生	10日(土) 午前10時30分
おはなしくるりん	園児・小学生	21日(水) 午後4時30分
▼幡豆図書館		
いちごおはなし会	0～1歳児	27日(火) 午前10時45分
おはなしぴょーん	2～3歳児	6日(火) 午前10時45分
幡豆よみかかせの会	園児・小学生	11日(日)・25日(日) 午前10時30分
はずっこおはなし会	園児以上	20日(火) 午後4時10分

児童館だより 12月

内容	対象	日時など
▼中央児童館 (☎57・5661)		
ちびっこ集まれ ※8日(木)は要予約	0～3歳	1日(木)…0歳ふれあい遊び 8日(木)…クリスマス会 15日(木)…リズム遊び 22日(木)…大きくなったね 午前10時30分～11時
おもしろあそび	小学生	17日(土)…お楽しみ会 午後2時～2時30分
チャレンジ	小学生	火～金曜日 午後4時～4時20分
制作	就学前 小学生	火・水・金曜日 午後3時30分～4時 木・土・日曜日、祝日 午後3時30分～4時
▼幡豆児童館 (☎63・0131)		
ちびっこ集まれ	0～3歳	2日(金)…リズム遊び 9日(金)…読み聞かせ 16日(金)…身体測定 午前10時30分～11時
クリスマス音楽会 ※要予約	どなたでも	17日(土) 午前10時30分～11時
クリスマス制作	年少～小学生	火～日曜日 午後4時～4時30分
お話・手遊び・体操など	0～3歳	火・水・木曜日 午前10時30分～10時45分 午前11時45分～正午

- 就学前のお子さんが参加する場合は、保護者同伴でお越しください。
- 詳細は各施設に、直接お問い合わせください。
- 児童館全般については、子育て支援課こども福祉担当 (☎65・2108)へ。

内容	対象	日時など
▼一色児童センター (☎74・2800)		
ちびっこ集まれ ※21日(水)は要予約	0～3歳	7日(水)…絵本・手遊び 14日(水)…親子体操 21日(水)…クリスマス会 28日(水)…お面作り 午前10時30分～11時
花餅を作ろう (サンデーパパ) ※要予約	年少～小学生	11日(日) 午前10時30分～11時30分
ビンゴゲーム	どなたでも	17日(土) 午前10時30分～11時30分
誕生会 ※要予約	0～3歳	22日(木) 午前11時～11時15分
挑戦しよう (けん玉)	年少～小学生	火～金曜日 午後4時～4時30分 土・日曜日、祝日 午後2時～3時
▼吉良児童館 (☎32・1191)		
ちびっこ集まれ	0～3歳	2日(金)…リトミック 9日(金)…絵本・手遊び 16日(金)…親子体操 午前10時30分～11時
エアポリンで遊ぼう	年少～小学生	3日(土) 午後2時～3時
ゲーム遊び	年少～小学生	10日(土) 午後2時～3時
クリスマス会 ※要予約	幼児～小学生	17日(土) 午前10時30分～正午
誕生会 ※要予約	0～3歳	22日(木) 午前11時～11時15分