

歯と口の健康について考えてみませんか

6月4日～10日は歯と口の健康週間です。お口の健康は全身の健康と密接な関係があり、生活の質に大きく影響します。

歯周病について

歯周病は、細菌によって歯の周りの組織が炎症をおこし進行する感染症です。歯周病菌やその菌が生み出す毒素、炎症反応性物質などが、歯茎の毛細血管を通じて、全身のあらゆる組織に送られ、それぞれの組織で悪影響を及ぼします。

歯垢1ミリグラムに1億個以上もの細菌が存在し、食後4～8時間ほどで作られてしまうため、毎食後の歯みがきが大切です。

市内の企業向けにセミナー・口腔ケア指導に伺います

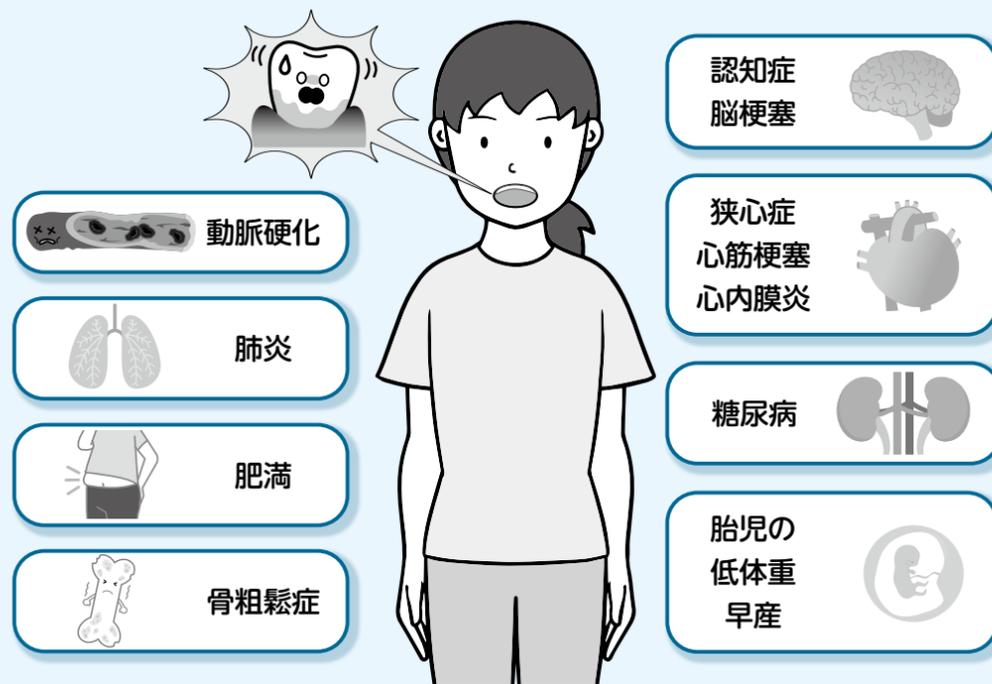
歯科医師・歯科衛生士が市内の企業を無料で訪問し、職員に歯と口の健康に関するセミナーや口腔ケア指導を行います。お口の健康について一緒に理解を深めましょう。

セミナーの日時・内容・場所は職場の状況に応じて対応します。ぜひご相談ください。

なお、市民の方は千葉市政出前講座「お口の健康」をご利用下さい。

健康推進課口腔保健支援センター ☎245-5414 FAX245-5659

歯周病菌が原因でおこるさまざまな病気



歯科健診を受けましょう

今年度に76歳となる後期高齢者医療被保険者を対象として、歯科口腔健康診査（歯科健診）を無料で実施します。



受診は、1人1回です。

期間 6月1日(出)～12月28日(出)

対象 1948年（昭和23年）4月2日～1949年（昭和24年）4月1日生まれの千葉県後期高齢者医療被保険者

受診票 5月下旬に発送

健診項目 口腔診査と口腔衛生指導

- ・歯と歯肉の状態（虫歯、歯肉の炎症、かみ合わせなど）
- ・口腔機能の状態（舌の動き、物を飲み込む力など）
- ・入れ歯の状態
- ・虫歯、歯周疾患の予防法など

受診方法 協力医療機関に直接予約の上、受診

受診の際に必要な物 保険証、受診票

協力医療機関など詳しくは、[千葉市 歯科健診](#)

健康推進課（受診票発行について）☎245-5146 FAX245-5659

健康推進課（受診票発行について）☎216-5013 FAX206-0085

健康推進課（受診票発行について）☎245-5146 FAX245-5659

三世代家族の同居・近居を支援

高齢者の孤立防止と家族の絆の再生を目的として、三世代家族の同居・近居に必要な費用の一部を最大50万円助成します。

- 主な要件
- ・離れて暮らしている三世代の家族が、これから市内で同居または近居（直線で1キロメートル以内）する
 - ・親が65歳以上で、1年以上市内に居住している
 - ・親が子と同居していない
 - ・孫が18歳に達してから最初の3月31日を迎えていない など
- 申出期限
- ・住宅の新築・増改築に要する費用＝建築工事の着手前まで
 - ・住宅の購入・賃貸借契約に要する費用＝契約締結の前まで
 - ・転居に要する引越費用＝転居の前まで

申出期限までに申出書の提出が必要です。そのほかの要件など詳しくは、[千葉市 三世代](#)

健康推進課 ☎245-5166 FAX245-5548

介護職員初任者研修・介護福祉士実務者研修

受講費用を全額助成します

これまでは介護職員初任者研修または介護福祉士実務者研修の受講費用の一部が助成対象でしたが、さらなる人材の確保と介護施設などへの定着の促進を図るため、2024年度申請分から全額助成対象に変わります。

助成内容 本人が支払った受講費用の全額（上限額は初任者研修＝10万円、実務者研修＝15万円）

対象 研修修了後、介護施設などで介護職として就労している方

定員 初任者研修＝先着80人、実務者研修＝先着110人

申請開始日 6月下旬

申請方法など詳しくは、[千葉市介護職員研修](#)

介護保険管理課 ☎245-5206 FAX245-5623

夜間や休日に急病で困ったときは…

電話相談 すぐに受診するべきか、医師や看護師が電話でアドバイスします。

救急安心電話相談 ☎#7119 (IP電話からは☎03-6810-1636)

平日・土曜日18:00～翌日8:00、日曜日・祝日・年末年始9:00～翌日8:00

こども急病電話相談 ☎#8000 (IP電話からは☎043-242-9939)

19:00～翌日8:00 (365日)

診療 千葉市医師会などの協力で夜間・休日の応急診療を行っています。応急処置のため、詳しい検査は原則行いません。後日かかりつけ医で受診しましょう。

夜間		休日	
夜間応急診療(夜急診) (美浜区磯辺3-31-1海浜病院内) ☎279-3131 【内科・小児科】		休日救急診療所 (美浜区幸町1-3-9 総合保健医療センター内) テレホンサービス ☎244-5353 【内科・小児科・外科・整形外科】 【耳鼻いんこう科・眼科・歯科】 日曜日、祝日、年末年始	
診療時間	平日 19:00～24:00 土・日曜日、祝日、年末年始 18:00～24:00	診療時間	9:00～17:00
受付時間	診療開始30分前～ 診療終了30分前	受付時間	8:30～11:30、13:00～16:30
夜間外科系救急当番医療機関 テレホンサービス ☎244-8080 【外科・整形外科】		産婦人科休日緊急当番医 テレホンサービス ☎244-0202 【産婦人科】 日曜日、祝日、年末年始	
案内時間	8:00～翌日6:00	案内時間	8:00～17:00
診療時間	18:00～翌日6:00	診療時間	9:00～17:00
夜間開院医療機関案内 ☎246-9797		*電話での医療相談は行っていません 受診の際の持ち物 ①健康保険証 (各種受給者証・子ども医療費 助成受給券をお持ちの方は一緒に持参) ②診療代金 ③薬 (服用している方) ④お薬手帳 (お持ちの方)	
案内時間	17:30～19:30		
月～土曜日(祝日、年末年始を除く)			
医療機関情報など詳しくは、 千葉市 医療機関			