

のお知らせ

●問い合わせ●

鴻巣保健センター ☎543-1561、FAX 543-5749
 吹上保健センター ☎548-6252、FAX 549-2696
 ※鴻巣保健センターに車でお越しの方は、市役所
 駐車場をご利用ください

～あなたの気持ちをだれかに相談しませんか～

3月は自殺対策強化月間






自殺による死亡者は、令和3年1月～11月までに鴻巣市で15人、埼玉県で911人、全国で19,285人となっています。その背景には、新型コロナウイルス感染症の影響に加え、育児や介護疲れ、DV、生活困窮、就労困難、人間関係などさまざまな要因が重なることで特に大きな困難が生じていることなどが考えられます。

【自殺者数 ※各年とも1月～11月で比較】

	令和元年	令和2年	令和3年
鴻巣市	23人	30人	15人
埼玉県	1,015人	1,105人	911人
全国	18,675人	19,386人	19,285人

(出典：厚生労働省自殺対策推進室 ※令和3年暫定値)

些細な不安や悩みでも抱え込まず、辛い気持ちを身近な人や相談窓口伝えてみませんか。相談は電話だけでなくSNSを使った相談もあります。気軽に、辛い気持ちや悩みを聞かせてください。

相談窓口	連絡先等
こころの健康相談 (平日 8時30分～17時15分)	鴻巣保健センター (☎543-1561) 吹上保健センター (☎548-6252)
よりそいホットライン (24時間対応)	一般社団法人社会的包摂サポートセンター (☎0120-279-338・音声ガイダンス) 
#いのちSOS	NPO法人自殺対策支援センターライフリンク (☎0120-061-338) 
生活を支えるための 支援のご案内	厚生労働省ホームページ 
チャイルドライン	認定NPO法人チャイルドライン支援センター (☎0120-99-7777) 
まもろうよ こころ (電話・SNS・チャット等)	厚生労働省ホームページ 
こころのサポート@埼玉 LINE相談	埼玉県ホームページ (埼玉県SNS事業) 

学校法人北里研究所
北里大学メディカルセンター

【料金】一般基本コース
1日(日帰り) 66,000円

※契約健康保険組合等からの補助がある場合は、コース及び金額が変わります。料金等の詳細はお問い合わせ下さい。

【ご予約・お問い合わせ先】
電話又は健康管理センター窓口で2か月前(月末)までのご予約をお受けしております。

2022年1月より第1・3・5土曜日も実施します

「人間ドックのご案内」

サービスとして、
昼食に特製弁当をご用意しています。

2月～5月はこちらが
取りやすい時期です。
是非!ご検討ください。

年に1度はカラダのチェックを!!
定期的な受診をおすすめします。

【オプション検査も多数ご用意しております】

胃カメラ	3,300円
胸部CT	11,000円
婦人科検診	7,700円
頭部MRI/MRA	22,000円
頸動脈エコー	6,050円
マンモグラフィー	4,950円

☎048-593-1227(直通)・☎048-593-1212(代表) 北本市荒井6-100
 月～金曜日 10:00～16:00、土曜日 10:00～12:00(第1・3・5のみ) ※第2・4土曜日、日曜日・祝日は休診



保健センターからの

あなたもゲートキーパーに

大切な命を自殺から救うためには、さまざまな悩みを一人で抱え込まないこと、うつ状態にある人を早期発見、早期治療することが必要です。その役割は誰でも担うことができ、「ゲートキーパー」として国でも広く啓発をしています。ゲートキーパーは、悩んでいる人に気づき、声をかけ、話を聞いて、必要な支援につなげ、見守る人のことです。

あなたも家族や友人、身近な人のゲートキーパーとして、まずは声をかけてみましょう。話をよく聞き、一緒に考えてくれるゲートキーパーがいることは、悩んでいる人の孤立を防ぎ、安心を与えます。



◀ゲートキーパーには、特別な資格は必要ありません。役割や詳細については厚生労働省HPをご覧ください

図書館でテーマ展示を実施

3月は、月別自殺者数の最も多い月です。新型コロナウイルス感染症の影響等により、こころの悩みを抱えていませんか？また、あなたのご家族、友人、同僚などまわりの人はこころの悩みを抱えていたり、自殺について思い悩んでいませんか？

図書館で「こころの健康、こころの悩み、自殺予防」等についての本を集めた「テーマ展示」を行います。ぜひお立ち寄りください。

とき／2月25日(金)～3月23日(水)

ところ／中央図書館

問い合わせ／鴻巣保健センター

歯科受診時に気軽に相談してください。
（一般社団法人北足立歯科医師会）



むし歯予防について

むし歯は、口の中に存在する原因菌（ミュータンス菌）の作る酸が歯のカルシウムを溶かし、歯に穴が開いてしまいう病気です。むし歯には「できやすい時期」があります。

最も危険な時期は、①乳歯が生え出す1～2歳、②永久歯が生え出す5～8歳、③食生活が乱れやすい中学～高校にかけての思春期です。この時期には、現状を把握するため、唾液検査等の予防検診をお薦めします。

生まれたばかりの赤ちゃんの口の中には、むし歯菌はいません。むし歯菌は歯の表面に付着するため、乳歯が生え出す時期から感染の危険が高まります。特に、生後1歳7か月～2歳7か月はむし歯菌に感染しやすく、「感染の窓」といわれています。この時期に、家庭で感染させないようにかかりつけ歯科医院を見つけておきましょう。

再び、むし歯リスクが高まるのが高齢期です。年齢を重ねると自然に歯ぐきが下がり、歯の根元が露出し、むし歯になりやすくなります。また、慢性疾患等の薬の常用により唾液が出にくくなることも、むし歯になりやすくなる原因の一つです。年齢に合わせたむし歯予防が必要で、歯科医院で行う定期チェックやクリーニングが必須になります。

また、近年、新型コロナウイルス感染症の蔓延によりむし歯になる方が増加しています。受診を控えて、症状の悪化につながってしまうことも多いようです。コロナ禍でのマスク生活で、気がつくこと呼吸をしていたり口が渴いでいたりすることはありませんか？口が乾燥していると細菌が増殖しやすく、むし歯になりやすい環境になってしまいます。



地元鴻巣の業者による

このす商工葬祭

新型コロナウイルス感染症予防対策実施中

☎048-541-0665

夜間・お急ぎ ☎0120-42-5225



霊安室完備

病院や施設等から直接ご安置できます



県央みずほ斎場



鴻巣典礼センター

このす商工葬祭はどなたでもご利用できます
24時間 365日対応 事前相談承ります

鴻巣市商工会 ☎048-541-1008
鴻巣市本町 6-4-20

