



みんなで作ろう！
若くて元気なまち さばえ vol.4

【問合せ】健康課
☎52-1138

「さばえ健康いきいきプラン（第6次鯖江市保健計画）」の、各分野の取り組みについて紹介します。ぜひ、この機会に自分の健康そして家族の健康に関心を持って、健康づくりにチャレンジしましょう！

【健康づくりの目標】～健やかな生活習慣の実現を目指して～

実践・分野	歯、口腔の健康づくりの推進	子どものときからの目の健康づくりの推進
スローガン	～セルフケアで8020～ (80歳で自分の歯20本)	～「めがねのまち」の目の健康～
現 状	<ul style="list-style-type: none"> ・3歳児のむし歯の保有率(16.4%)は、1歳6カ月児(0.5%)の約30倍である。(1歳6カ月児、3歳児健診歯科健診結果より) ・大人の歯周疾患検診の要精検者は、約75%を占めている。(市保健衛生統計より) 	<ul style="list-style-type: none"> ・1日のテレビの視聴が2時間以上の3歳児の割合は、33.7%を占めている。(3歳児健康診査アンケートより) ・メディア機器の使用は、中学生の9割を占め、12時以降に就寝する生徒の体調が悪い割合(93.9%)が高い。(H26市内中学生アンケートより)
わたし流に チャレンジ しませんか	<ul style="list-style-type: none"> ★毎日、食後は正しい歯みがきをしよう。 ★大人は定期的に歯周疾患検診を受けよう。 ★12歳頃までは保護者が仕上げ磨きをしよう。 ★おやつは、量と時間を決めよう。 	<ul style="list-style-type: none"> ★戸外で遠くを見たり、体を使った遊びをしよう。 ★テレビ、スマホ、ゲームなどのメディアの長時間視聴は避けよう。 ★40歳からの眼科検診の受診も心掛けよう。

※アイアイ鯖江では歯周疾患検診を無料で、下記の日程で実施します。(要予約)
日程：10月23日(日)、11月27日(日)、
H29年1月29日(日)
当日受付時間：午前9時～10時



※3歳児健康診査では、平成27年度から機器での視力検査を取り入れています！

あなたの勇気が命を救う！



9月9日は救急の日です



「救急の日」を含む1週間を「救急医療週間」(今年は9月4日～10日)とし、住民の皆さんに救急について理解を深めてもらう運動をしています。

消防署では、大人や子どもに対する心肺蘇生法やAEDの使い方、物が喉に詰まった時の対処法や止血法等のさまざまな救急講習を実施しています。

受講希望や救急に関しては下記までお問い合わせ下さい。

【問合せ】
鯖江・丹生消防組合消防署・救急担当
☎54-9115(直通)



毎月第2土曜日に定期普通救命講習を開催しています。詳細な内容については消防ホームページをご覧ください。
<http://www.fd-sabaenyu.jp/>

