城東・蒲生のひろば

第１５５号

〈発　行〉
医療福祉生協おおさか
城東診地区・蒲生診地区機関紙編集委員会

城東診療所　(06) 6931-0779
〒536-0004　城東区今福西1-1-30
なかはまヘルパーステーション　(06) 6167-3133
〒536-0021　城東区諏訪4-7-24　101号
蒲生厚生診療所　(06) 6931-3807
せいきょう三丁目歯科　(06) 6936-8241
蒲生デイケア（通所リハビリテーション）　(06) 6931-5050
なでしこヘルパーステーション　(06) 6932-0590
コープケアプランセンター城東　(06) 6932-0593
〒536-0016　城東区蒲生3-15-12　メディカルコープビル
コープおおさか病院
〒538-0053　鶴見区鶴見3-6-22　(0570) 06-1100

6月4日～10日　歯と口の健康週間

健康づくりはお口（クチ）から

6月4日～10日は毎年「歯と口の健康週間（以前は虫歯予防デー）」に設定され、虫歯だけでなく、口腔機能低下の予防、その改善に向けた取り組みが行われます。三丁目歯科では今年度も「8020運動」の具体化として、80才で自分の歯が20本残っている方に賞状や記念品を贈呈し、さらに自覚を高めてもらい健康増進につなげてもらう取り組みを行う予定です。近年、歯や口の健康と、フレイル（虚弱状態）予防、認知症予防が密接な関係にあることが注目されています。そこで、今回は三丁目歯科の西田晃雄先生に「口腔機能低下症」について話をお聞きしました。

口腔機能低下症？

口腔機能低下症とは、加齢だけでなく、むし歯や歯周病、全身の病気、薬の副作用など様々な要因により、口腔内の「感覚」「咀嚼」「嚥下」「唾液分泌」等の機能が少しずつ低下してくる病態をいいます。

①口の中が汚れる（口腔不潔）
②口の中が乾く（口腔乾燥）
③食べ物が口に残るようになった（咬合力低下）
④滑舌が悪くなった、食べこぼすようになった（舌口唇運動低下）
⑤薬を飲みにくくなった（低舌圧）
⑥硬いものが食べにくくなった（咀嚼機能低下）
⑦食事の時にむせるようになった（嚥下機能低下）

前記3項目以上に該当する場合は、口腔機能低下症と診断されます。

西田晃雄　歯科医師

放っておくと全身の健康に影響

口腔機能低下症を放置しておくと、「摂食嚥下障害」など、さらに重い口腔機能障害を引き起こし、全身の健康に関わる問題になってしまうこともあります。

気になる方はかかりつけの歯科、もしくは三丁目歯科へで相談してください。

また、現在大阪府では後期高齢者医療制度の被保険者を対象に無料の歯科検診をおこなっています。口腔機能低下症の項目もあるため、一度受診してみるのも有効だと思います。

もちろん、三丁目歯科でも受診可能ですので是非ご利用ください。様々な機会を利用し、いつまでも自分の歯でしっかり食事が出来る状態を保ち、健康な毎日を過ごしましょう。

花博公園散策

日にち　5月19日（金）
集　合　午前9時
（集合場所各地）
緑橋駅（東改札口）
諏訪３丁目バス亭（上新庄方面行）
地下鉄蒲生４丁目（鶴見緑地線改札前）
お問合せ　070-5028-2312（粟田〔あわた〕）ﾏﾃﾞ

診　療　案　内

城東診療所　06-6931-0779

	受付時間	月	火	水	木	金	土
午前	8:20～12:30 診察9:00開始	内科	内科	内科	内科	内科	内科
往　診		○		○	○	○	
夜診	17:00～19:30 診察17:30開始	内科		内科	内科	内科	

蒲生厚生診療所　06-6931-3807

	受付時間	月	火	水	木	金	土
午前	8:20～12:30 診察９：００開始	内科	内科	内科	内科	内科	内科＊
午後	※往　診	○			○		
	※整形外科のみ 毎週金曜１３：００～１６：００	－	－	－	－	整形外科	
夜診	17:00～19:30 診察１７：３０開始	内科	内科				

せいきょう三丁目歯科　06-6936-8241

	受付時間	月	火	水	木	金	土
午前	9:00～12:00	○	○	○	○	○	○
往　診						○	
午後	14:00～16:00	○	○	○	※○	○	休診
往　診		○		○		○	
夜診	17:30～19:30	○		○		○	

※木曜日の午後診は第２・４・５週のみ実施しています

＊土曜受付は12時までとなっています
＊木曜夜診の開始時間は18時です
○急病の場合を除いて予約制となっています
あらかじめご予約をお願いします
各種健康診断、栄養指導、エコー検査
定期往診、送迎
○無料低額診療行っています
お気軽にご相談ください

○特別診療　心エコー・腹部エコーは予約が必要です。
ご希望の方は診療所にお問い合わせ下さい。
○健康診断ご希望の方は診療所までお問い合わせください。
＊休日健診（お問い合わせください）
＊土曜日健診　第２土曜日・平日の午前中も実施しています。
○往診
＊ご希望の方は、診療所までお問い合わせください
○整形外科訪問診療は金曜日（第1・３・５週）午後

虹の箱　あなたの声をお寄せください
蒲生厚生診療所
城東診療所