

安定期に入ったら歯科健診を受けましょう！

妊娠すると、ホルモンバランスの変化やつわりによる歯みがき不足などが原因で、歯ぐきが腫れやすくなったり、むし歯になりやすい状態となります。

また、重度の歯周病により、早産や低出生体重児の頻度が高まる可能性も報告されています。健やかな妊娠・出産のため、妊婦歯科健診を受診しましょう。



対象者 妊娠届出を行い、妊婦歯科健診受診券を交付された方

受診機関

● 高知県歯科医師会員の所属する歯科医療機関
幡多管内の歯科医療機関は全て受診できます。

受診方法

● 妊娠期間中に1回無料で受診できます。
● **安定期（16週～27週）**の受診をお勧めします。
※ご希望の歯科医療機関へ、受診日時を予約し、当日は**受診券**と**母子健康手帳**をお持ちのうえ受診してください。

健診内容 問診および口腔内診査
(むし歯の有無や歯周病の検査など)

健診費用 無料(健診のみ)
※健診の結果、詳細な検査や治療を必要とする場合は、改めて後日の治療になります。

問 健康推進課健康指導係 ☎ 63-1113

平成30年度 こころの相談会

仕事の人間関係、生活のこと、子育てに関することなど、誰かに相談することで、こころが軽くなったり、元気を取り戻すことができます。解決に向けた歩みを始めてみませんか。

開催日 9月19日(水)・12月21日(金)
平成31年3月1日(金)

相談料 無料

相談員 高知県精神保健福祉センター 藤田 麻央 先生

場所 宿毛市役所屋上会議室

申込方法 電話 ※順次受け付け

受付 健康推進課健康指導係

問 健康推進課健康指導係 ☎ 63-1113

自殺予防週間 9月10日～9月16日

9月10日(月)から9月16日(日)の1週間は、自殺予防週間です。
自分のこと、家族のことで困ったことや心の悩みを抱えていませんか？
1人で悩まず、まずは相談を。

問 健康推進課健康指導係 ☎ 63-1113

借金の返済に関する無料相談会

借金の返済に関する無料相談会を開催します。お金に関する悩みをお気軽にご相談ください。秘密は厳守します。
また、「こころの健康相談会」も同時に行いますので、心身に不調を抱えておられる方も、お気軽にご相談ください。

日時 9月7日(金) 17時～20時

場所 幡多広域消費生活センター(四万十市立働く婦人の家 ※四万十市立中央公民館の隣)

申込 不要 ※終了時間の30分前にお越しください。

持参物 借入れ・返済に関する資料があればお持ちください。

※受付時間内でも、人数が多い場合は、受付制限をする場合があります。ご了承ください。

問 高知県文化厚生スポーツ部県民生活・男女共同参画課 ☎ 088-823-9653