

# 健康アドバイス

## 今月のテーマ お口のメンテナンス



高橋 貢 歯科医師  
(吉備歯科医師会から)

皆さんには、毎日の歯みがきや入れ歯の清掃など、口腔内をお手入れする習慣があると思います。そのお手入れの目的は何でしょうか。また、そのお手入れ方法について、専門家から指導を受けたことがありますか。

口腔内の二大疾患と呼ばれるう蝕(むし歯)と歯周病、どちらを予防したいかによって、歯ブラシ・歯磨き粉などの選び方

### 大人も歯科検診を受けましょう

や使い方が異なります。また、人によって年齢や口の状態、生活習慣などが違うため、それぞれの人に合ったメンテナンスが必要です。

高校生までは、毎年学校で歯科検診を受診することが義務化されていますが、それ以降に定期的に検診を受けている人は少ないように感じます。日常のお手入れに加えて、医療機関で定期的に検診を受けることで、予防効果はさらに高まります。

総社市では、40～70歳の人には5歳刻みの節目の年度、75～79歳の人には毎年度、歯周疾

患検診受診券が送付されます。特に痛みもなく不都合ない状態であっても、券を利用して歯科医院で受診することをお勧めします。自身では気づかなかったことが見つかるかもしれません。また、噛んだり飲み込んだり話したりする口腔機能が加齢によって衰えるオーラルフレイルのことなど、歯周疾患以外の口腔に関する質問や相談もできます。

お口の健康は、全身の健康に影響します。口腔機能を維持し、健やかで自立した暮らしを長く保つために、ぜひ歯科医院をご活用ください。

問い合わせ 健康医療課健康増進係 (☎ 0866-92-8259)

# 安全・安心

## 総社署からのすすめ

インターネットを悪用した犯罪に子どもが巻き込まれる事件が後を絶ちません。近年発生している児童買春や児童ポルノなど、子どもの心身を狙った重大で悪質な犯罪にはSNSでのやりとりから始まるものが少なくありません。また、SNSを通じて子ども自身が加害者として犯罪に関わってしまうケースもあります。ネット犯罪の現状を知り、各種防止策を講じましょう。

### ネット犯罪の落とし穴から子どもを守る

#### ▼自撮り写真による被害

SNSで知り合った人から言葉巧みに促され、自分の裸体などの画像を相手に送られる被害が増えています。一度ネットを通してデータを送信してしまうと、全ての画像データを削除することは極めて困難です。

#### ▼不適切な書き込みによる犯罪

家出や無断外泊をしている児童などが小遣い欲しさに出会いを求めるような書き込みをSNSにすることがきっかけとなり、性犯罪などの被害に遭う事件が多発しています。また、少年が店舗内での迷惑行為の動画をSNSに投稿し、威力業務妨害で逮捕

されたという事件もあります。

子どもにスマートフォンなどを持たせるときには、フィルタリング機能を活用しましょう。有害サイトへの接続を制限し、安心してインターネットを利用するための手助けをしてくれます。また、周囲の大人は子どもにSNSの危険性や適切な利用方法を教えるとともに、子どもが何でも話しやすい雰囲気をつくることを心掛け、子どもの話に耳を傾けるようにしましょう。子どもが犯罪被害に遭っている可能性がある場合や不良行為を認めた場合には、警察に相談してください。

監修・問い合わせ 総社警察署 (☎ 0866-94-0110)

# 2月定例会市議会で44案件を審議

問い合わせ 総務課行政係 (☎ 0866-92-8218)

## 政策監や教育長の任命などに同意

2月定例会市議会在が2月28日から3月23日までの会期で開催され、令和5年度当初予算や令和4年度補正予算、条例の制定や一部改正などを審議。不採択となった陳情1件を除き、43案件が原案どおり可決などされました。



4月1日付けで就任した難波敏文政策監

令和5年度一般会計当初予算の総額は304億2000万円。主な事業や予算額などについては、2～6ページに掲載のとおりです。病院施設整備補助金については、市内の医療提供体制の向上や維持を図るため、市と医療機関の定期的な情報交換や議会への報告などを求める付帯決議がなされました。

条例では、緑地面積率や環境施設面積率を緩和することや、企業立地を促進するための工場立地法地域準則条例や、災害危険区域を指定し、区域内で居室を有する建築物の建築を制限するための高梁川出水災害危険区域に関する条例の制定のほか、中学生の外来受診に係る医療費を無料にするための小児医療費給付条例の一部改正などが可決されました。

### 総社市 DX アドバイザーに 陳内裕樹さんが就任



陳内裕樹さん

デジタル技術を活用して住民サービス向上や業務効率化を目指すDX(デジタルトランスフォーメーション)を推進するに当たり、専門的立場からの支援・助言を得るため、総社市DXアドバイザーに内閣府クールジャパン・プロデューサーや日本薬科大学特別招聘教授などを務める陳内裕樹さんを任命しました。

3月28日、市保健センターで任命式を実施。その後、市職員を対象にした講演が行われ、DXを進めることの重要性などが陳内さんから伝えられました。

市では今後、助言を受けながら、DXの推進を行っていきます。

問い合わせ デジタル化推進室 (☎ 0866-92-8224)

### 新型コロナウイルス関連情報



#### 5類移行後も基本的な感染対策は継続

新型コロナウイルス感染症の感染症法上の位置づけが5月8日(月)から、インフルエンザと同じ5類に移行される予定です。5類移行後の感染対策については、個人や事業者の判断を尊重することが基本となります。しかし、ウイルス自体は変わらないことから、高齢者など重症化リスクの高い人を守るという視点で、感染対策を継続していきましょう。



#### 令和5年度のワクチン接種も自己負担なし

令和4年9月から実施している新型コロナワクチンの「令和4年秋開始接種」は、5月7日(日)で終了します。未接種の人は、5月7日までの接種を検討してください。

5月8日からは、「令和5年春開始接種」が始まります。日程などの詳細は、決まり次第改めてお知らせします。

対象 ▼65歳以上の人 ▼5～64歳で基礎疾患がある人 ▼医療機関や高齢者・障がい者施設の従事者など

その他 接種に係る自己負担はありません  
問い合わせ 市ワクチンコールセンター (☎ 0866-92-8356)