

岡谷市民病院の医療現場から、市民に役立つ関連情報を定期的にお送りします

早めに予防しよう! 季節性インフルエンザについて



Hospital
ほすびた
ルポ 56
Reportage



寒い季節に流行する季節性インフルエンザについて、ここ数年は目立った流行がありませんでしたが、今年の見込みはどうなのでしょう。今回は、小児科の南雲医師に、季節性インフルエンザについてお話しをうかがいます。

― 季節性インフルエンザについて

インフルエンザは、ウイルスへの感染によって発症する感染症で、乳幼児から高齢者まで、年齢を問わず感染します。低い気温・湿度を好むウイルスのため、例年11月頃から流行が始まりピークを迎え、翌年3月頃に終息します。症状は風邪と似ていますが、38℃以上の高熱が出るほか、筋肉痛や関節痛、倦怠感や食欲不振など、全身の症状が強く現れるのが特徴です。乳幼児や高齢者などの免疫力が低い人は、重症化しやすく、肺炎やインフルエンザ脳症などの合併症を併発する恐れもあります。

― 予防について

インフルエンザのウイルスは、咳などによる飛沫、手を介した接触などで感染するため、基本的な感染予防であるマスクの着用、手洗いやうがいをおこなうこと、十分な睡眠と適度な運動、栄養バランスの取れた食事を心がけ、免疫力を高めることが大切です。

また、インフルエンザワクチンの接種をすることで、感染後の発症率や発症した場合の重症化率を低くすることが期待できます。厚生労働省では、インフルエンザワクチンに限り、有効性と安全性が担保できるとして、新型コロナウイルスワクチンとの同時接種を認めていますので、希望される方は接種を受けましょう。

― インフルエンザの症状が疑われる場合は

症状がある場合、受診後どのような検査（新型コロナウイルス、インフルエンザなど）をすれば良いのか判断するため、まずはかかりつけの医療機関に相談してください。発熱後すぐに検査を行っても、正確な検査結果が出ないことがあるので、意識がはっきりしていない状態で水分が取れている場合は、自宅で少し様子を見てからでも良いと思います。

― 今年のインフルエンザ流行の見込みは

今年、A香港型^{*}のインフルエン

ザが流行すると言われていました。毎年、南半球に位置するオーストラリアと北半球に位置する日本のインフルエンザ発生状況は類似しており、ここ数年、両国とも全国的な流行は見られませんでした。今年もオーストラリアでA香港型のインフルエンザが流行したことを受け、日本でも同様の流行が危惧されています。

― 市民のみなさんへひとこと

最近、行動制限が緩くなり、海外からの入国規制も緩和されていることから、インフルエンザと新型コロナウイルスの同時流行が懸念されます。インフルエンザへの抗体は低下していると思われるので、引き続き、マスクの着用、手洗いやうがいなどの感染予防を行い、希望される方はインフルエンザワクチンの接種を受けましょう。



小児科 部長 南雲 治夫 医師

信州大学医学部卒業後、信州大学医学部附属病院などを経て、平成28年4月に岡谷市民病院に着任。小児科部長。趣味はスポーツ観戦。コロナ禍のため、最近では会場まで足を運べていないが、休日はサッカーの試合をテレビで観戦するなどして、楽しんでいる。

問合せ ● 岡谷市民病院

☎ 23-8000

^{*}A型インフルエンザウイルスの亜型のひとつ。1968年に流行した香港かぜを引き起こした亜型であり、A香港型あるいは香港型とも呼ばれる。

今月号に掲載したイベントなどは、新型コロナウイルス感染拡大防止対策により、変更または中止になることがあります。

新型コロナウイルスワクチン接種 オミクロン株対応2価ワクチン接種について

オミクロン株対応2価ワクチンの、集団接種が10月21日から、市内医療機関での個別接種が10月24日から始まっています。

接種対象者は、初回接種(1・2回目)が完了している12歳以上のすべての人(最後に接種した日から5か月経過した人)で、1人1回の接種となります。

接種対象者には、案内通知などを発送しています。4回目の接種を終えている人には、接種できる時期になった際に接種券と案内通知を発送します。

また、初回接種(1・2回目)を完了していない人は、新しいワクチンの接種はできません。従来株のワクチンを接種することになりますので、希望する人は、新型コロナウイルスワクチン接種対策室へご相談ください。

接種期間…令和5年3月31日(金)まで

接種場所…岡谷市集団接種会場

市内接種実施医療機関

※長野県接種会場でも接種可能です。

ワクチンの種類…オミクロン株対応2価ワクチン(ファイザーまたはモデルナ)

※国からのワクチンの供給量によっては、使用ワクチンが異なることがありますので、ご承知おきください。

予約方法…

◇集団接種：インターネット予約または、岡谷市ナビダイヤル(☎0570-007-055)へ電話予約

◇個別接種：個別接種を実施している、市内かかりつけ医療機関へ直接電話予約(一部医療機関を除く)

※接種券を紛失してしまったなど、お持ちでない人は、再発行をしますので、新型コロナウイルスワクチン接種対策室へご連絡ください。

そのとき接種できるワクチンで速やかに接種できるよう、ご理解・ご協力をお願いします。

問合せ●新型コロナウイルスワクチン接種対策室 ☎0570-007-055

健康

国保特定健診・後期高齢者健診を受け忘れていませんか？

実施期間は11月30日(水)まで
通常約8,000円が「無料」で受診できます

- ▶ 受診する医療機関には事前に予約が必要です。
- ▶ 終了間際は予約が集中する傾向がありますので、早めに受診してください。
- ▶ 人間ドックを受診する人は、助成制度がありますのでご利用ください。



本年度最後の休日健診です(無料)

「国保特定健診」とあわせて「後期高齢者健診」も実施します。希望時間を担当課に電話でお申し込みください(定員になり次第締め切り)。

日時…11月27日(日) 午前8時～11時(15分単位)

場所…保健センター 1階 研修室

対象…国保加入の40歳～74歳の人、後期高齢者医療制度に加入の人

申込み…11月1日(火)午前8時30分から電話受付開始。

国保特定健診の人は医療保険課に、後期高齢者健診の人は健康推進課にお申し込みください。

●後期高齢者健診を希望する人は、11月9日(水)までにお申し込みください。

生活習慣病や
メタボリックシンドロームを
早期に発見!



問合せ●国保：医療保険課(内線1186) / 後期高齢者：健康推進課(内線1183)



一般会計



市に入ったお金(歳入決算額)

242億6,486万5,451円

前年度比 -25億1,406万689円(9.39%減)

前年より

9.39%

DOWN



市が使ったお金(歳出決算額)

232億9,703万6,183円

前年度比 -26億2,878万9,174円(10.14%減)

前年より

10.14%

DOWN



残ったお金(実質収支額)

7億6,950万9,268円

新型コロナウイルス感染症対策事業や、令和3年8月大雨災害の復旧事業などに多額の経費が必要となりましたが、国・県からの補助金等を有効に活用したことなどにより、翌年度へ持ち越す財源を差し引いた実質収支は、前年度以上の7億6,950万9,268円の黒字決算とすることができました。

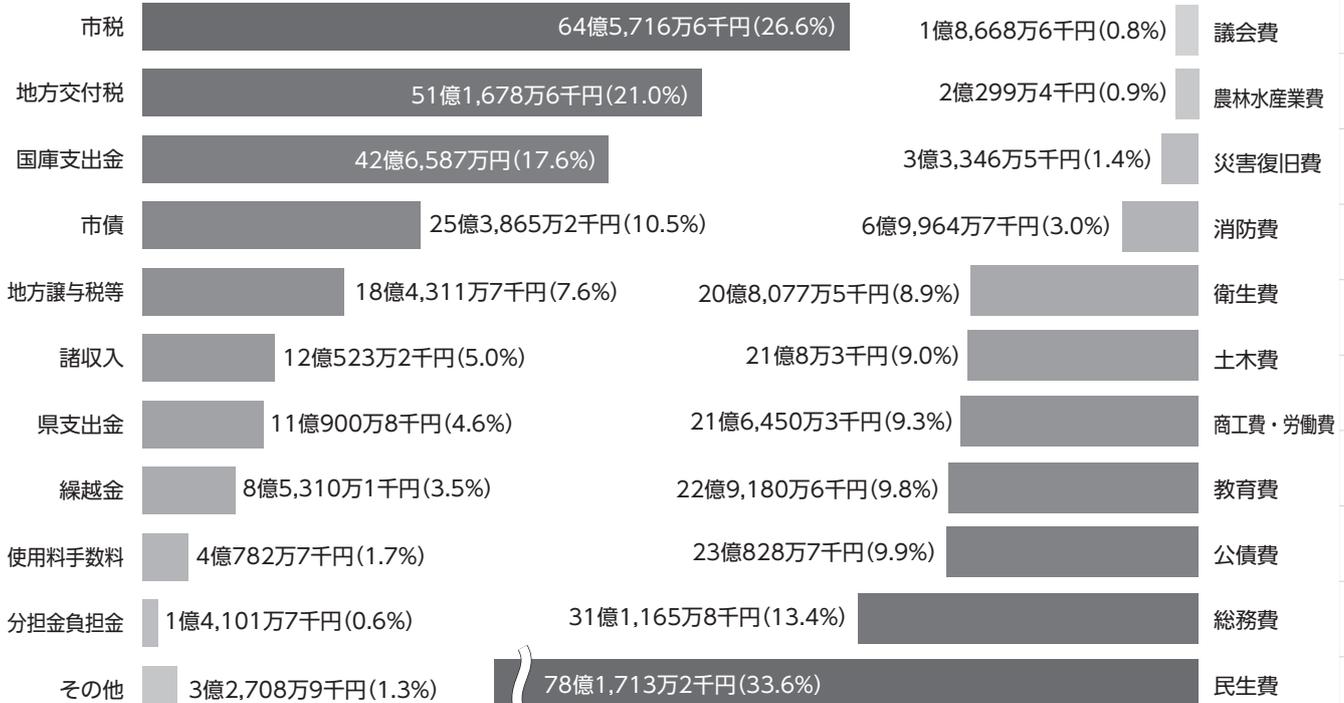
財政課
伊積 健太



令和3年度の一般会計、特別会計および企業会計の決算が、第4回市議会定例会で承認されましたのでお知らせします。

みなさんの税金や、国・県からの補助金がどのように使われたかを報告します
〔令和3年度決算報告〕

◆ 入ったお金・使ったお金をグラフにしてみます(決算書の構成比)



市に **入った** お金

市が **使った** お金



特別会計等

特別会計とは、特定の事業を行う場合または特定の収入で事業を行う場合の会計です。経理を他の会計と区別するために設置します。

会計名	歳入	歳出
国民健康保険事業	45億3,936万4,408円	44億3,801万4,577円
地域開発事業	1,184万7,692円	2億6,474万9,169円
分収造林事業	1,772万8,421円	1,627万5,989円
霊園事業	7,262万6,845円	1,824万5,223円
温泉事業	7,461万0,560円	4,944万5,610円
後期高齢者医療事業	8億5,892万0,575円	8億3,681万2,375円
湊財産区一般会計	1,068万2,163円	49万3,499円



表にある項目が特別会計で経理を行っている事業です。特別会計は法律や条例に基づいて設置しています。

◆市には「基金」と呼ばれる貯金があります

令和3年度末の基金残高(市の貯金)は、ふるさと納税などの寄附金のほか、財政調整基金等への積立などにより、約52億9,600万円となり、令和2年度末と比べて約10億5,900万円の増となりました。



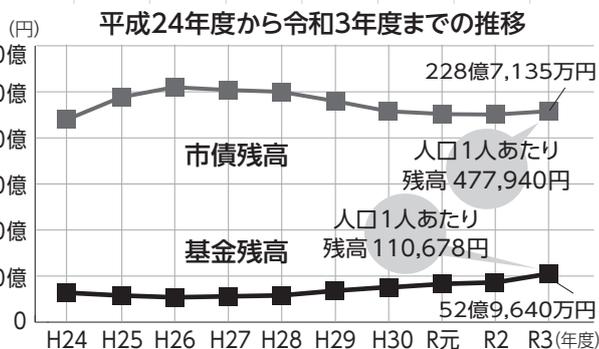
企業会計 (収益的収支 消費税込み)

企業会計とは、一般会計やそのほかの特別会計とは異なり、民間企業と同様の経理を行うものです。

会計名	収入	支出
水道事業	9億8,231万4,769円	7億5,808万5,858円
下水道事業	17億8,762万8,819円	15億1,889万5,366円
病院事業	73億5,673万8,481円	70億4,984万9,483円



独立採算制を追求する極めて企業色の強い事業を行う場合に、地方公営企業法の規定を受けて企業会計を設置しています。



◆これからの財政に向けて(財務指標)

※いずれも令和3年度暫定数値

★印のついた5指標は、一般会計等の普通会計だけでなく、企業会計や一部事務組合なども含めた市全体の財政状況を捉える判断指標です。

経常収支比率	財政の弾力性を示す指標として用いられ、数値が高いほど硬直化しているとされます。	83.6%	県下19市中 6位
財政力指数	財政力の強弱を示すもので、数値が小さいほど税収入の能力が低く、交付税への依存度が高いとされます。	0.63	県下19市中 5位
★実質公債費比率	公債費の占める割合を示すもので、25%を超えると黄色信号となります。	8.0%	県下19市中12位
★将来負担比率	将来負担すべき負債額の割合を示すもので、350%を超えると黄色信号となります。	54.6%	県下19市中17位
★実質赤字比率	一般会計や特別会計、下水道などの企業会計の赤字額の割合を示すもので、一定の数値になると黄色信号となります。		
★連結実質赤字比率			
★資金不足比率			

財務指標をもうすこしわかりやすく

- ①「経常収支比率」は収入(一般財源)に対する公債費や扶助費などの必要経費の割合を示したものです。低いほど財政に余裕(弾力性)があって新しい施策などにお金がかけられます。
- ②「財政力指数」は地方交付税法の規定をもとに算出した自治体の財政力の指標です。1を超えると普通交付税が交付されません。

- ③「実質公債費比率」は実質的な公債費(自治体の借金)が財政に及ぼす負担を表す指標です。年々減少傾向にあります。
- ④「将来負担比率」は財政規模に対して、公債費や長期契約などで将来支払うことが決まっているお金の割合です。こちらも減少傾向にあります。

※わかりやすくするため細かい点は省いていますのでご了承ください。

全国の地方自治体と同様に、人口減少が進むことなどにより、市税をはじめとした歳入は減少が見込まれる一方で、歳出は社会保障関係経費や公共施設等の老朽化対策経費のほか、感染症対策等に要する経費が増加することが予想されます。引き続き、限られた財源を効率的・効果的に活用し、必要な事業を着実に実施しながらも、将来にわたって持続可能な健全で安定した行財政運営の確立に向けて取り組んでいきます。



問合せ●財政課(内線1532)

information — 今月のお知らせ —

お知らせ

スマホ操作教室(無料)を開催します

スマホの操作方法や、オンラインによる行政手続などのサービスの利用方法について学べる、無料の講習会を開催します。

期 日	時 間	内 容
11/1(火)	午後1時~2時	電話のかけ方
11/17(木)	午前11時~正午	カメラの使い方
11/2(水)	午後1時~2時	インターネットの利用方法
11/18(金)	午前11時~正午	
11/10(木)・24(木)	午前11時~正午	地図アプリの利用方法
11/11(金)・21(月)・25(金)	午前11時~正午	SNS・コミュニケーションアプリの利用方法
11/15(火)	午前11時~正午	マイナンバーカードの申請方法
11/29(火)	午前11時~正午	マイナポータルの活用方法

※12月も同内容の講座を開催予定。詳しくは▶ 

場所…諏訪湖ハイツ 202研修室(11日のみ工作室)

定員…各回12名

申込み…エルシーバイ株式会社へ電話でお申し込みください。

☎090-5802-5955 (申込み専用ダイヤル)

受付時間: 平日 午前10時~正午・午後1時~5時

※この講習会は、エルシーバイ(株)が、総務省の「デジタル活用支援推進事業」の採択を受けて、岡谷市との連携により実施するものです。

問合せ●企画課(内線1541)

お知らせ

令和5年 二十歳を祝う会(旧 成人式)を開催します

期日…令和5年1月8日(日)

※1月9日(成人の日)ではありませんので、ご注意ください。

場所…カノラホール 大ホール

対象者…平成14年4月2日から平成15年

4月1日までの出生者で、市内に在住する人および市内に親族が在住する人



●対象者およびそのご家族には、式典への参加案内を11月上旬から送る予定です。11月下旬になっても届かない場合は、ご連絡ください。参加案内は下記のように送付します。

状況例	参加案内の送付先
①本人が岡谷市に在住の場合	本人の市内の住所
②本人は市外に転出、親などが岡谷市に在住の場合	親などの市内の住所
③本人もその親なども市外に転出している場合	本人の転出先の住所(5年以内の転出に限る)。届かない場合は送付する住所をご連絡ください。

※市外に転出していても、「二十歳を祝う会」に参加できます。

詳しくはこちらから▶ 

問合せ●生涯学習課(イルプラザ3F) ☎24-8404

お知らせ

岡谷市家庭介護者支援事業
介護者の心と体をリフレッシュ

参加無料

要事前申込み

教室・個別相談会の申込み・問合せ●下記各事業所へ支援事業に関する問合せ●介護福祉課(内線1277)

家庭で介護している人、介護に関心のある人を対象にした教室です。介護者同士の交流もできます。 **送迎つき** ※送迎希望者は申し込みの際にお伝えください。

日時	内容	場所・実施事業所	講師	定員
11月10日(木) 午後1時30分~3時30分	オーラルフレイルと口腔ケアの最新情報について	湯けむり1階ホール(福)平成会 ☎21-2200	原 はずみさん	10名
11月17日(木) 午後1時30分~3時30分	褥瘡(じょくそう)予防のための寝る姿勢について	湯けむり1階ホール(福)平成会 ☎21-2200	伊藤 晃さん	10名
11月20日(日) 午前10時~正午	高齢者の栄養と口腔ケア	絹の郷デイサービス さわやか絹の郷 信州おかや ☎24-8822	歯科医師 三井達久さん	10名

日時	内容	場所・実施事業所	講師	定員
11月24日(木) 午後1時30分~3時30分	認知症ケアのお困りごとの相談	湯けむり1階ホール(福)平成会 ☎21-2200	松風職員	10名
11月下旬	こころのメンテナンス~フラワーセラピー~	ウエルハートおかや(福)有倫会 ウエルハートおかや ☎28-1000	アトリエ ひまわり 亀割成美さん	10名
12月1日(木) 午後1時30分~3時30分	看取りのかたちを一緒に考える	湯けむり1階ホール(福)平成会 ☎21-2200	松風職員	10名

介護まるごと・個別相談会 介護に関する困りごと、悩みや不安など、1人で悩まずお気軽にご相談ください。

送迎なし

期 日	内 容	場 所・実 施 事 業 所	相 談 員	定 員
11月17日(木)	個別相談会	湯けむり1階ホール(福)平成会 ☎21-2200	理学療法士 伊藤 晃さん	各2名
11月24日(木)	個別相談会		介護支援専門員 百瀬千栄子さん	

期 日	内 容	場 所・実 施 事 業 所	相 談 員	定 員
11月 ※日程は希望者と相談します(1人1時間程度)	介護全般について	ウエルハートおかや(福)有倫会 ウエルハートおかや ☎28-1000	ウエルハートおかや職員	2名

information — 今月のお知らせ —

お知らせ

11月は
「児童虐待防止推進月間」です

児童虐待は社会全体で解決すべき問題です

児童虐待とは

- 【身体的虐待】 なぐる、ける、投げ落とす、激しく揺さぶる、やけどを負わせる、おぼれさせる など
- 【性的虐待】 性的行為をする、性的行為を見せる、ポルノグラフィの被写体にする など
- 【ネグレクト】 閉じ込める、食事を与えない、ひどく不潔にする、車のなかに放置する、同居人による虐待を放置する、病気のとときに病院に連れて行かない など
- 【心理的虐待】 言葉によるおどし、無視、兄弟姉妹間での差別的扱い、目の前で家族に暴力をふるう(DV) など

虐待を受けたと思われる子どもを見つけたときや、ご自身が出産や子育てに悩んだときには、下記の窓口にご連絡ください。あなたの連絡が子どもを守るとともに、子育てに悩む保護者を支援するための大きな一歩となります。連絡は匿名で行うことも可能です。連絡者や連絡内容に関する秘密は守られます。

オレンジリボンには子ども虐待を防止するというメッセージが込められています。



- 市役所虐待通報電話(24時間対応) … ☎23-4767
- 諏訪児童相談所… ☎52-0056
- 長野県児童虐待・DV24時間ホットライン… ☎026-219-2413
- 児童相談所全国共通ダイヤル… ☎189 (いちはやく)
- 長野県子ども支援センター… ☎0800-800-8035 (無料子ども専用ダイヤル)

問合せ●子ども課(内線1265)

お知らせ

11月12日(土)～25日(金)は
「女性に対する暴力をなくす運動」実施期間



内閣府の定めた「女性に対する暴力根絶のためのシンボルマーク」

11月25日は「女性に対する暴力撤廃国際日」

主唱：内閣府その他の男女共同参画推進本部構成府省庁

女性に対する暴力には、配偶者などからの暴力、性犯罪、ストーカー行為など、さまざまな形態があります。配偶者などからの暴力は「ドメスティック・バイオレンス(DV)」と呼ばれ、犯罪行為を含む重大な人権侵害です。一人で悩まず、まず相談を。秘密は守られます。

【相談窓口】(曜日は原則として)

- ♥長野県男女共同参画センター「あいとぴあ」 ☎22-8822
 - 一般相談：火～土曜日 午前9時～正午・午後1時～4時30分
 - 女性のためのカウンセリング：毎月第2土曜日・第4金曜日(要予約)
 - 女性のための法律相談：毎月第1・3木曜日(要予約)
- ♥長野県女性相談センター ☎026-235-5710
 - 月～金曜日 午前8時30分～午後5時15分
- ♥長野県児童虐待・DV24時間ホットライン ☎026-219-2413
- ♥長野県性暴力被害者支援センター「りんどうハートながの」 ☎026-235-7123 毎日24時間対応
- ♥諏訪保健福祉事務所福祉課 ☎57-2911
 - 月～金曜日 午前8時30分～午後5時15分
- ♥岡谷市役所「女性のための相談」 ☎23-4811
 - 女性カウンセラーによる相談 地域創生推進課(内線1362) 毎月第3火曜日 午前10時～午後3時50分(要予約)
 - 女性相談員による相談 社会福祉課(内線1259) 月～金曜日 午前8時30分～午後5時15分

- 11月17日(木)～30日(水) 啓発パネル展示(カルチャーセンターロビー)

問合せ●地域創生推進課(内線1362)

募集

内山霊園の
聖地使用者を募集します

募集区画…5区画 1区画の面積…約4㎡(2m×2m)
 聖地使用料…38万円 聖地管理料…3,150円/年
 応募者の資格…岡谷市に本籍または住所があり(本籍だけの人は、別に住所のある世帯主を管理人と定めること)、墓地がなく遺骨を抱え埋葬に困っている人または墓地を新規購入した人で、合葬式墓地「嶺風苑」の使用許可を受けていない人。
 ※法人は、市内に主たる住所を有するものに限りです。
 受付期間…11月7日(月)～15日(火) ※土・日を除く
 申込み…戸籍謄本、住民票、印鑑(認印)、埋火葬許可証の写し、または寺院などの保管証明書をそろえて市民生活課窓口へ申請してください。

問合せ●市民生活課(内線1171)

お知らせ

「男女共同参画社会づくり」
ポスターコンクール作品展

小、中学生を対象に、「男女共同参画社会」への理解と関心を深めてもらうことを目的として、毎年ポスターコンクールを行っています。今年度応募されたすべての作品を展示します。子どもたちが思い描く男女共同参画社会について、ポスターに表現された言葉や絵から、一緒に考えてみませんか。
 期日…11月17日(木)～30日(水)
 場所…カルチャーセンター ロビー



「女性に対する暴力をなくす運動」
パネル展と同時開催

最優秀賞 小井川小6年 大久保咲希さん

問合せ●地域創生推進課(内線1362)

お知らせ

滞納者への徴収を強化します

滞納累計額 2.1億円超!



市税は、岡谷市の歳入の約32%（令和4年度予算）を占める主要な財源です。滞納者は、全体のうちほんのわずかですが、毎年積み重なると膨大な額となり、国民健康保険税を合わせた

滞納累計額は、2.1億円超に達しています。

市では税の公平性を確保するため、税の徴収強化を図り、滞納処分に力を入れます。

滞納処分の種類と内容

納税者が納期限までに納付していない状態を「滞納」といい、税金を滞納したままにしておくと、本来納める税額以外に督促手数料、延滞金を納めることになるほか、次のような滞納処分を受け、強制的に税金の徴収を受けることになります。また、滞納処分は法律で定められており、本人の意思にかかわらず執行します。

【滞納処分は次の流れに沿って進められます】

- ①督促…納期限までに完納できない人に督促状を送付し納税を促します。
- ②催告…督促状送付後、一定期間内に納税されない場合、再度文書で催告を行います。
- ③財産調査…官公署、金融機関、勤務先、取引先などに対して財産調査を行います。
- ④差押…調査で把握した滞納者の財産を差押えます。
- ⑤換価…差押えた滞納者の財産を公売、取立により換価（換金）し、滞納している税金に充当します。

納税が困難なときはご相談ください

次のような事情で、市税などを納期限までに納めることができない場合、事情により分割での納付や、納税の猶予を受けられる場合がありますので、お早めにご相談ください。

- 新型コロナウイルス感染症の影響により収入が減少した
- 病気やケガで働けなくなった
- 失業や事業不振などで生計が維持できなくなった
- 災害や盗難で損害を受けた

問合せ●税務課(内線1138)

差押とは

地方税法では、滞納となっている税金は財産を差押えて処分することにより、徴収しなければならないと定められています。

「差押」とは、所有者から財産を処分する権利を奪うことをいいます。差押を受けると、自らが所有する財産でありながら処分などの自由がなくなります。逆に、差押を執行した機関は、財産を処分する権利を取得することになります。所有者に代わり、財産の売却や権利の行使また契約を解約することにより、支払われた金銭を税金に充当できるようになります。

【市がおもに実施する差押】

●給与・賞与・年金等差押

国税徴収法および各社会保険制度の規定に基づき、差押禁止額を除いたすべての支給額が差押の対象です。

●生命保険差押

生命保険契約に基づく、保険金支払請求権や解約返戻金支払請求権などが、差押の対象です。

●敷金・入居保証金の差押

アパートや賃貸マンション、事務所など賃貸契約をするときに所有者に預ける敷金や入居保証金は全額差押の対象です。

●不動産差押

土地・家屋などの不動産は、抵当権設定の有無にかかわらず差押の対象です。

●捜索・動産差押

滞納者の自宅や事務所などを捜索し、発見された金銭や有価証券、装飾品、自動車、オートバイなどは動産として差押の対象となります。差押財産は、公売などにより換価して税に充てます。具体的には、全国から参加できるインターネット公売などです。

お知らせ

諏訪税務署と諏訪法人会の共催で 令和4年度 源泉所得税「年末調整説明会」を開催します

要事前申込み

開催日	会場	時間
11月8日(火)	諏訪市文化センター	午後2時～(約2時間) 受付:午後1時30分～
11月10日(木)	岡谷市カノラホール	
11月11日(金)	茅野市民館	

- 出席者へは、法人会刊行の「令和4年度 わかりやすい年末調整実務ポイント」を無料配布します。「年末調整のしかた(2,200円)」の販売もあります。

※年末調整関係用紙が足りない場合は、担当者へご連絡ください。

対象…給与などの支払いをしている事業者のみなさん

定員…各会場100名

申込み…諏訪法人会まで電話、FAX、またはホームページ(QRコードから)にてお申し込みください。定員になり次第締め切ります。

諏訪法人会 ☎53-7810・FAX57-0185



問合せ●諏訪法人会 ☎53-7810

健康ひと回メモ

No.541

国民皆歯科健診の導入について

みなさん、日本人の成人のどれくらいの方が歯周病にかかっているか知っていますか？

10%から20%くらい？ もうちょっと少ないかな？ もうちょっといるかな？ それくらいに考えている人が多い印象があります。

実は、日本人の40歳以上の約8割が歯周病にかかり、何かしらの症状を持つていとされています。痛みとして表面化するケースもあれば、痛みはないけれど、口のなかで粘つく感じがする、歯みがきの際に出血する、口臭が気になるなど、さまざまな歯周病のサインが出ている人も少なくありません。また、最近の研究では歯周病が誤嚥性肺炎、動脈硬化、心臓病、脳卒中、糖尿病、早産、関節リウマチ、アルツハイマー病などの病気と関係があることがわかってきました。

そこで、国はこれまで受診機会が少なかった人に働きかけていく政策として、「国民皆歯科健診」というものを発表しました。現在、義務づけられている歯科健診には、1歳6か月児健診、3歳児健診、小中高生の学校健診、塩酸などの化学物質を

扱う人の特定健診などに限られています。

このほか、厚生労働省は日本歯科医師会とともに、口腔がんなどの可能性も早期発見するために、口のなかの粘膜の状態を定期的にチェックすることも重要であると発表しました。このように口腔内の粘膜を含めた口腔ケアを行うことで、病気や重症化の予防を実現し、医療費の抑制にもつなげたいとしています。

国民皆歯科健診の導入は、3年、5年後の実現をめどに検討されていますが、歯周病をはじめ、むし歯や口腔粘膜の異常なども、早期発見、早期治療できるに越したことはありません。痛みとしての自覚症状がない人でも、歯科医院の受診は重要だと考えていますので、自分のお口のなかには問題はないか？ むし歯や歯周病にならないために何かできることはないか？ 歯周病にかかってしまった場合にどういった治療やセルフケアが必要なのか？ など、気になる人は、ぜひ歯科医院に通ってみてください。

(岡谷下諏訪歯科医師会)

お知らせ

「会いに行こう 姉妹都市 東伊豆町!」 宿泊+お買物券クーポンキャンペーン



姉妹都市の東伊豆町で、家族そろって温泉・料理・自然を満喫しませんか。東伊豆町内の宿泊施設へ、電話またはホームページにて予約すると、宿泊施設で使える「8,000

円宿泊クーポン券」+「お買物券2,000円券分」が利用できます。

ぜひ、この機会に姉妹都市 東伊豆町を訪れてみてください!

対象期間…11月1日(火)～令和5年2月28日(火)宿泊分まで

対象…中学生以上の市民

定員…500名(先着順)

クーポン券等受け取り場所…岡谷市観光案内所

(水曜は休業)

※申し込み方法などの詳細は、キャンペーン特設サイト(QRコードから)をご覧ください。

受付中



問合せ●商業観光課(内線1455)

お知らせ

用途地域変更に関する素案の 閲覧と公聴会を開催します

市では、(仮称)諏訪湖スマートインターチェンジ整備事業に伴い新設される、県道諏訪辰野線沿線で商工業などの土地利用を可能とするため、用途地域変更を進めています。変更案の作成にあたり、地域住民のみなさんからご意見をお聞きするため、「変更素案の閲覧」を行い、併せて「公聴会」を開催します。

【素案の閲覧】

日時…11月4日(金)～18日(金) 午前8時30分～午後5時15分(平日)

場所…市役所3階 都市計画課

【公聴会】

日時…11月26日(土) 午前10時～ 場所…市役所 605会議室

※公述人がいない場合は、公聴会は行いません。その場合は市ホームページでお知らせします。

公述の申し出方法…閲覧場所にある「公述申出書」に必要事項を記入のうえ、閲覧場所へ提出してください。

対象者…市内在住の人、または用途地域変更箇所に利害関係を有する人

申し出期間…11月4日(金)～19日(土) ※郵送は19日必着

問合せ●都市計画課(内線1332)