乳幼児健診・子育て相談・教室

●こども家庭課 ☎54・9100

※予は要予約

▼乳児健康診査
各小児科での個別健康診査
対象／前期3～6カ月、後期9～11カ月

▼幼児健康診査
・1歳6カ月児健康診査
・3歳児健康診査
場所／こどもセンター
対象／個別に通知

▼離乳食教室 予
日時／前期（5カ月前後）11月7日㈮
後期（10カ月前後）11月21日㈮
10:20～10:30（受付）
場所／こどもセンター
持参／母子手帳

▼乳幼児すくすく健康相談 予
日時／11月14日㈮ 13:30～15:00（受付）
場所／郡コミセン
内容／計測、育児・栄養・歯科相談
持参／母子手帳

▼ことばと心の相談室 予
場所／こどもセンター
対象／就学前の子どものことばの発達や育児などでお悩みの人・親子
持参／母子手帳・のびのびファイル
※日時はお問い合わせください。

こうのとりダイヤル ☎54・9119

妊娠・不妊・不育相談を受け付けています。

こども未来部

インスタグラム
@kodomo.city.omura

子育て

出前子育てのつどい

時間／10時～

11月	場　所	問い合わせ
13日㈭	三浦出張所	わいわいらんど
14日㈮	坂口公民館	ライオンキッズ
20日㈭	池田第一公民館	
	木場公民館	ひまわりキッズ
21日㈮	郡コミセン	にこにこ子育てサロン
28日㈮	坂口公民館	ライオンキッズ

- わいわいらんど（すずたこども園） ☎49・5388
- ライオンキッズ（植松保育園） ☎54・5056
- にこにこ子育てサロン（昊天宮保育園） ☎55・0922
- ひまわりキッズ（ひまわり認定こども園） ☎53・9420

「おはなしくれよん」のおひざにだっこ おはなし会

日時／11月25日㈫10:30～11:30
場所／中地区公民館
料金／無料
●中地区公民館 ☎53・1376

おむらんどからのお知らせ

こども未来館「おむらんど」
（プラザおおむら3・4階）
☎47・6111 休火曜
※予は要予約（先着順）
予約方法／市公式LINE・電話

子育てつどい

場所／おむらんど

▼ピヨピヨえほんタイム
日時／11月6日㈭11:00～11:30

▼妊婦疑似体験 予※電話のみ
日時／11月10日㈪12:15～12:30
対象／体験を希望する父親
定員／2人

▼みんなであそぼう
日時／11月27日㈭11:00～11:30

ベビーヨガ 予

日時／11月13日㈭10:00～11:00
場所／こどもセンター
対象／7～11カ月児と保護者
料金／無料
定員／12組
（10月30日㈭受付開始）

子育て講座「子育ての悩みや困り事を語り合おう」予

日時／11月28日㈮10:00～11:30
場所／こどもセンター
対象／市内在住で未就学児の保護者
料金／無料
定員／8人（先着順・託児あり。11月6日㈭受付開始）

令和8年度放課後児童クラブの入所説明会

クラブの一覧・日程などは市ホームページをご確認ください。

●こども支援課 ☎54・9100

保育サポーター養成講座

育児支援が必要な医師を支える「保育サポーター」講座を開催します。

日程／11月18日㈫(2時間程度)※この日以外の日程も可

場所／長崎大学病院(長崎市)または自宅でのDVD視聴

メ切／11月11日㈫

●長崎大学病院メディカル・ワークライフバランスセンター

☎095・819・7979

✉info01@nagasaki-ajisai.jp

わくわく保育週間 in おおむら

市内の認可保育園・認定こども園でつくる大村市保育会では、親子で楽しく参加できるイベント「わくわく保育週間」を開催します。詳細は保育会ホームページをご確認ください。

期間／11月4日㈫～8日㈯

対象／未就園児の家族・学生・保育士・栄養士・看護師など

申込／各園へ電話

※詳しくは各園へお問い合わせください。

児童虐待を防止しましょう ～189(いちはやく)気づいてあげてそのサイン～

児童虐待(身体的虐待、心理的虐待、ネグレクト、性的虐待)は子どもの心身に大きなダメージを与え、身体の成長や脳の発達に影響を及ぼしたり、トラウマが残ったりすることがあります。

▼こんなサインはありませんか(例)

子ども

- いつも子どもの泣き叫ぶ声や保護者の怒鳴り声が聞こえる
- 不自然な傷やあざがある
- 衣類や身体がいつも汚れている
- 表情が乏しい、活気がない
- 家に帰りたがらない
- 親がいなくなると急に表情が晴れやかになる
- 夜遅くまで一人で遊んでいる

保護者

- 地域などと交流がなく、孤立している
- 小さい子どもを家に置いたまま外出している
- 子どもの養育に関して無関心、拒否的
- 人前で子どもを厳しく叩く、叱る

▼虐待の可能性を感じたときはあなたの通告で救われる命があります。思い違いであっても責任を問われることはありません。連絡した人が特定されないよう、秘密は守られます。

相談窓口

児童相談所虐待対応ダイヤル(24時間対応) ☎189
こどもセンター ☎54・9100

●こども家庭課 ☎54・9100

福祉

認知症の相談

▼認知症の人と家族の会 大村地区わらべ会
日時／11月19日㈬13時30分～15時30分
場所／プラットおおむら
●地域包括支援センター ☎53・8141

▼サロンおおむら桜
高齢者が集う場です。
日時／毎週火曜13時30分～15時30分
場所／プラットおおむら
●社会福祉協議会 ☎53・1351

噛む力で元気度アップ測定会

内容／噛む能力チェック・握力測定・お口の健康グッズプレゼント
日時／11月7日㈮10時～15時（12時～13時を除く）
場所／プラットおおむら
●お口の健康相談室（大村市歯科連携室） ☎56・8555

介護職員初任者研修

期間／12月16日㈫～令和8年3月10日㈫のうち22日間
場所／プラットおおむら
対象／18歳以上で市内在住または勤務の人
定員／20人（先着順）
※申込少数の場合は開催を中止することがあります。
料金／5万5千円（テキスト代など）
メ切／11月17日㈪
●社会福祉協議会 ☎53・1351

訪問理美容サービスをご利用ください

外出困難な人が、自宅で理美容のサービスを受ける際の、理・美容師の出張にかかる費用を給付します。
※カット代などの理美容料金は自己負担です。
対象／市内在住で要介護3～5の認定を受け、疾病などで外出困難な人
●長寿介護課 ☎20・7301

耳とことばの相談

内容／聴覚・言語障がい者（児）の身体障害者手帳、補聴器やことばの相談など（軽度・中等度難聴児の補聴器購入の相談も受け付けます）
日時／11月22日㈯13時～15時
場所／プラットおおむら
●障がい福祉課 ☎20・7306

目や見え方に関する相談会

日時／12月17日㈬①10時②11時30分③13時30分
場所／県央保健所（諫早市）
対象／見えない・見えにくいことで困り感があるお子さんや保護者、教育・療育に関わる人
申込／メール・電話
メ切／12月3日㈬
●県立盲学校 ☎095・882・0020

健康

市民公開講座「代謝がカギ！～脂肪肝ゼロのライフスタイル～」・医療相談会

肝疾患に関する講座を開催します。講座後は医師、看護師、栄養士が医療相談に応じます。
日時／11月21日㈮15時～16時（市民公開講座）16時～16時30分（医療相談会）
場所／長崎医療センター
料金／無料
●長崎医療センター臨床研究センター事務室 ☎27・3021

長崎いのちの電話開局31周年記念公開講演会

テーマ／援助という仕事の「罠」と「贈りもの」～健康なつながりを築くために～
日時／11月3日㈪祝14時～16時
場所／長崎県庁（長崎市）
料金／無料
※ウェブでも視聴できます。詳しくはお問い合わせください。
●長崎いのちの電話事務局 ☎095・843・4410

11月の休日在宅当番医

病院　9:00～18:00
歯科医院　9:00～12:00
※変更になる場合あり。受診前に確認を。

2日(日)	くすもと内科クリニック	☎20・8585
	本田皮ふ科アレルギー科	☎55・6830
	貞松歯科医院	☎20・7808
3日(月・祝)	さくらクリニック	☎53・9990
	篠原皮ふ科クリニック	☎50・1677
	歯科大道寺クリニック	☎54・2834
9日(日)	前川漢方内科クリニック	☎53・6866
	よしだレディースクリニック	☎56・2227
	すみ歯科医院	☎49・5808
16日(日)	南野病院	☎54・8800
	たかはた眼科クリニック	☎27・4641
	たかぎ矯正小児歯科医院	☎53・0035
23日(日・祝)	田崎医院	☎53・1234
	むたクリニック	☎52・4501
	たけし歯科医院	☎50・0001
24日(月・振)	たなか循環器内科	☎50・0320
	前田ひふ科・アレルギー科	☎50・1112
	たなか歯科クリニック	☎47・5557
30日(日)	ふじもとこどもクリニック	☎47・8887
	楠木眼科医院	☎52・2711
	さくらデンタルクリニック	☎48・5555

夜間初期診療センター　☎54・9911

診療科目／内科・小児科(要事前連絡)
診療時間／19:00～22:00※状況により早めに受付を締め切ることがあります。
※担当医が判断したときのみ、インフルエンザ・新型コロナの検査を実施します。

判断に迷ったらここにダイヤル

・救急車を呼ぶことに迷ったら ＃7119
・子どもの病状判断に迷ったら ＃8000

集団健康診査(無料)

▶大村市国民健康保険加入者(19歳以上※令和7年3月末時点)
▶社会保険や共済保険などの被扶養者で40歳以上の人
持参／受診券・マイナ保険証または資格確認書
▶後期高齢者医療保険加入者
持参／マイナ保険証または資格確認書

料金／無料　予約／市公式LINE・電話
検査内容／問診・血圧測定・血液検査・尿検査・身体測定・診察

11月	場所	
	午前	午後
2日(日)	市コミセン ※胃がん検診(バリウム/700円)受診可能	―
18日(火)	福重出張所	松原出張所
19日(水)	鈴田出張所	市コミセン
20日(木)	市コミセン ※午前のみ胃がん検診(バリウム/700円)受診可能	
22日(土)	郡コミセン	

▼任意で追加できる検査
肺がん検診(150円※65歳以上無料)、大腸がん検診(150円)など

●国保けんこう課

健康づくり推進員によるウォーキング

料金／無料　持参／タオル・飲み物(13日のみ弁当)
距離／4～5km(一部除く)※適宜トイレ休憩あり

11月	集合	代表者
5日(水) 9:30	鈴田出張所	塩田 ☎090・8228・0061
10日(月) 9:00	杭出津公園	川原 ☎54・3089
11日(火) 9:00	木場公民館	前田 ☎090・2716・1504
12日(水) 9:00	郡コミセン	森芳 ☎080・1032・6473
13日(木) 8:50	大村公園 観光センター横(約14km)	田添 ☎090・1080・5065
15日(土) 9:00	池田湖公園	永江 ☎090・5486・2969
20日(木) 9:00	水計公民館	久田松 ☎54・2413
25日(火) 9:00	木場公民館	前田 ☎090・2716・1504
26日(水) 9:00	郡コミセン	森芳 ☎080・1032・6473

●国保けんこう課

「歯・口の健康に関する図画ポスターコンクール」表彰作品

大村市学校保健会と大村東彼歯科医師会が審査し、応募作品116点から最優秀賞・優秀賞を決定しました。

●大村東彼歯科医師会☎54・1006

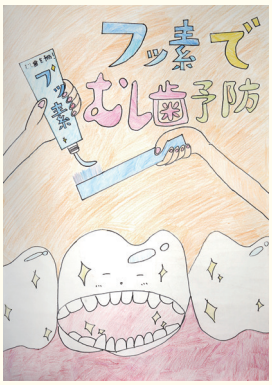
最優秀賞

大村東彼歯科医師会会長賞

ろう・特別支援学級・学校の部
県立ろう学校5年 小川空良

小学1～3年生の部
大村小2年 西浦結乃佑

大村市長賞



小学4～6年生の部
竹松小6年 久保陽菜美

大村市教育長賞

中学校の部
西大村中2年 出口七彩

優秀賞

小学1～3年生の部
萱瀬小1年 佐野ひかり

小学4～6年生の部
富の原小4年 田中祈咲桜

中学校の部
玖島中1年 小濱葵依

ろう・特別支援学級・学校の部
県立ろう学校小学部2年 山口竣也

お酒にまつわる問題は専門家に相談を

アルコール依存症は、自分の意思では飲酒のコントロールができなくなる、誰でもなりうる「脳の病気」です。長期的・大量の飲酒は健康にも影響を及ぼします。

▼11月10日～16日は「アルコール関連問題啓発週間」アルコールにお悩みの人や家族の皆さんは、専門の窓口に相談しましょう。

●県央保健所 ☎26・3306

糖尿病ってどんな病気？

健康おおむら21通信　●国保けんこう課

食事をすると一時的に血糖値が高くなりますが、「インスリン」というホルモンがすい臓から分泌されることで、時間とともに正常値に戻ります。ところが、このインスリンの分泌量が少なくなったり、分泌されてもうまく働かなくなったりすると、血糖値が高い状態が続いてしまいます。これが、糖尿病です。

初期　血糖値が高くても、初期段階は自覚症状がない

進行してしまうと　多くの場合、合併症が起こります

主な合併症

- **糖尿病神経障害**：手足に痛みやしびれなどの感覚異常が起こる。進行すると壊疽(えそ)を起こし切断が必要になることも
- **糖尿病網膜症**：悪化すると失明の恐れあり
- **糖尿病腎症**：悪化すると透析が必要となることも
- **動脈硬化**（脳卒中・心臓病）

全て**食後の高血糖**や**持続的な高血糖**が原因

▼糖尿病に関する情報展示
日程／11月1日㈯～6日㈭
場所／ミライon

▼ノルディックウォーキング体験会
運動のできる服装でお越しください。
日時／11月6日㈭10:30～12:00
場所／ミライon
料金／無料　定員／15人
申込／電話

「世界糖尿病デー」ブルーライトアップ

日程／11月10日㈪～16日㈰
場所／新大村駅公園モニュメント・大村公園(板敷櫓・桜田橋)・ボートレース大村広告塔

みんなの健康

要注意、根っこの虫歯

がもう歯科
院長 **蒲生 亮平**先生

厚生労働省の発表によれば、8020運動(80歳で歯を20本残そうという運動)の達成者が6割を超えたそうです(令和4年は達成率5割)。多くの人が虫歯・歯周病予防の重要性を理解し実行していただいている賜物だと思います。

そんな中、これからの課題として、「歯の根っこの虫歯」というものがあります。これは高齢になるにつれ、唾液が減少すること、また歯の根っこは非常に虫歯になりやすいことが原因で発生します。これを根面う蝕(こんめんしょく)と呼びます。令和5年の調査では70歳以上で約2割の人に未処置の根面う蝕があったと報告されています。

歯の根っこの虫歯には、歯の頭の虫歯といくつか違う点があります。1つ目はエナメル質の有無です。エナメル質は歯の表面を覆っている硬いコンクリートみたいな構造です。ここは酸に溶かされにくく虫歯の進行を遅くするのに一役かっています。しかし歯の根っこにはこのエナメル質がありません。そのため虫歯になると進行が非常に早くなります。

2つ目は、神経までの距離です。歯は頭より根っこの方が細くなっています。そのため根の部分が虫歯になると神経に到達するまでが早く、処置が大がかりになります。

3つ目は、歯が折れる可能性があることです。唾液減少による影響で内側(舌側)にも虫歯ができやすくなります。頬側と両方から虫歯になると、ポキっと折れやすくなります。

怖い話ばかりになりましたが、予防する方法もあります。まずはお子さんの虫歯予防と同様に、フッ素を塗布することです。フッ素には虫歯の進行を抑制する効果があります。初期の根面う蝕であれば、フッ素塗布を保険適用で受けられます。もう一つは、唾液腺のマッサージです。食事の前に唾液腺(耳の下や顎の下あたり)を手でマッサージすることで、唾液の出をよくすることができます。

ご自身の唾液の量が多いか少ないか、こちらも50歳以上の人であれば保険適用範囲で検査を受けられます。ずっと虫歯がなかった人も身体や生活リズムの変化により、歯の根の虫歯になる可能性がありますので、気になる人はお近くの歯科医院に相談してみてください。