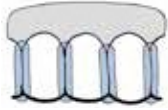


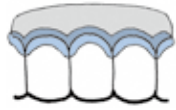
いつまでも「いい歯」を保つための3つのポイント

その1「磨いている」から「磨けている」へ

- ①歯と歯の間など、汚れの残りやすい部分を磨く
- ②歯間ブラシやデンタルフロス等の補助用具を使用し、自分にあった歯と口のケアを行う



歯と歯の間



歯と歯肉のさかいめ



奥歯のみぞ

その2 かかりつけ歯科医を持ちましょう

歯磨きのコツや健診について気軽に相談できる先生を持ちましょう。

その3 定期的に歯科健診を

1年に1回は受診しましょう。

*自分の健康、自分の歯は、自分で守るように心掛けましょう。



11月8日が「いい歯の日」であることを、皆さんはご存じですか？
歯や口は、おいしく食べるだけでなく、会話し、楽しく笑うなど、身体全体の健康を維持し、質の高い生活を営む上で重要な役割を担っています。また、歯や口の健康を保つことで、しっかりと食事ができ、健康寿命を伸ばすこともできます。
歯や口の健康を自分で守り、いつまでも「いい歯」を保つために、毎日自分にあった手入れを十分行い、1年に1回はかかりつけの歯科医院で健診を受けるようにしましょう。
*健康寿命＝一生のうち健康で自立した日常生活を送れる期間

健康がむね推進プラン
健康への支援課 ☎229-4121
めざせ健康寿命日本一!

休日・夜間診療

内科・小児科＝川越市医師会夜間休日診療所(小仙波町2丁目53-1 ☎222-3330)

日曜日、祝・休日、年末年始の受付時間…午前9時～11時▶午後1時～3時▶午後8時～10時
月～土曜日の受付時間…午後8時～10時

歯科(急患のみ)＝予防歯科センター(三久保町18-3 ☎224-3891)

日曜日、祝・休日、年末年始の受付時間…午前9時～11時30分

11月の休日当番医

受付時間は、午前9時～午後4時です。受診前に当番医に確認してください。

3日(祝)	吉田クリニック(脳外、皮、内)	砂新田126-1	☎248-6623
5日(日)	鶴ヶ島眼科クリニック(眼)	鯨井新田6-1第3今泉ビル2階	☎234-2015
12日(日)	島田整形外科医院(整外)	中原町2丁目1-4	☎222-3576
19日(日)	中村眼科(眼)	通町22-2	☎227-7277
23日(祝)	しんがし耳鼻咽喉科クリニック(耳)	砂新田2丁目11-24	☎241-1699
26日(日)	中村外科(内、消、循、外)	藤間937-3	☎245-3211



TOKYO 2020
開催会場

●11月の土曜開庁日 市民課 ☎224-5739 収税課 ☎224-5837

11日(土)・25日(土)午前8時30分～正午。市民課(本庁舎1階)・収税課(本庁舎2階)・南連絡所。一部の業務は、取り扱いできません。25日(土)は小江戸川越ハーフマラソンの準備のため、市役所南側駐車場が利用できません。公共交通機関のご利用をお願いします。

●ごみの祝日収集のお知らせ 収集管理課 ☎239-5058

11月3日(祝)＝可燃ごみ(火・金コース)、その他プラスチック製容器包装(金コース)▶11月23日(祝)＝可燃ごみ(月・木コース)、その他プラスチック製容器包装(木コース)。

川越市公式 SNS



人口と世帯数 平成29年10月1日現在

人口352,393人(男=176,490人、女=175,903人) 前月比+109人 世帯数155,756世帯 前月比+202世帯

広報川越1401

■発行日/平成29年10月25日(毎月10日・25日発行)

■発行/川越市 〒350-8601埼玉県川越市元町1丁目3-1 <http://www.city.kawagoe.saitama.jp/>
市役所代表 ☎049-224-8811 ☎049-225-2171

■編集/広報室

私的利用の範囲を除き、記事や写真の無断転載を禁じます。

「声の広報川越(CD)」 「点字広報川越」を作成しています。ご希望の方は、広報室までご相談ください。

☎224-5495 ☎225-2171

この印刷物は、グリーン購入法に適合する紙を使用し、印刷用の紙へ、リサイクルできます。 リサイクル適性

Fontworks
UD Font