健やかえびな 特別編

健康がテーマの「健やかえびな」。今回は、令和2年春の叙勲で旭日小綬章を受章した鈴木駿介氏と、瑞宝小綬章を受章した田中昭太郎氏の〝新型コロナウイルス感染症について〟の特別編です。

「新型コロナウイルス感染症予防には口腔の健康管理が重要」

元(一社)神奈川県歯科医師会長
鈴木 駿介

マスコミなどで、さまざまな新型コロナウイルスの感染予防対策法が報じられていますが、私たち歯科関係者は口腔の健康管理、中でも適切な口腔ケアが感染予防に大変有効であると考えています。インフルエンザウイルスは口の中、特に舌の上で繁殖しますが、適切な口腔ケアによってウイルスの数が減少して症状が軽減することや、自己免疫力が高まることも報告されています。新型コロナウイルスの感染予防のためにも食後の歯磨きや舌磨きを励行していただきたいと思います。

また、糖尿病や血管障害などの持病を抱えている人は、コロナウイルス感染症の症状が重篤化するリスクが高いといわれていますが、歯周病菌の増加によって糖尿病などの基礎疾患が悪化することも分かっています。歯科で定期的に口腔の管理を行っている方は、中断することで歯周病の重症化を招かないよう注意が必要です。

「新型コロナウイルス感染症との闘い」

元海老名総合病院長
前(一社)海老名市医師会長
田中 昭太郎

ある時は神仏に祈り、ある時は科学技術の恩恵を受け、人類は疫病との闘いに勝ち抜いてきました。昨年末、中国の武漢で発症した新型コロナウイルス感染症(COVID-19)も、ワクチンや治療薬(レムデシビルは5月7日特例承認)、アビガン・オルベスコなどは観察研究薬として使用中)が開発され、いずれ沈静化しウイルスとの共存社会になります。

しかし、治療手段が限られている現在は、「うつさない」「うつらない」を自覚し、咳エチケットや手洗いを徹底し、自分と大切な人の命を守る行動が大切です。「3密」を避け、フィジカルディスタンスを保った新しい生活スタイルが感染の収束に繋がります。

100年前にパンデミックを起こしたスペイン風邪の経験から、終息には年余にわたると考えられます。この間に第2波、第3波の感染拡大の恐れがあります。感染予防には、日頃の健康管理と規則正しい生活習慣が大事です。

次回の「健やかえびな」は7月15日号に掲載予定。

相談

新型コロナウイルスの感染拡大防止のため、変更・中止する場合があります。

7月の市民相談

問市民相談課 ☎(292)0880

当面の間、電話相談を原則とします。

相談名	相談員	日時
市民相談(市民生活全般)	市民相談課相談員	㈪～㈮ 祝除 8時30分～17時15分
法律(相続・離婚など) 予	弁護士	**毎週**㈬、**第2・4**㈮ 祝除 10時30分～15時30分(12時～13時30分除く)
相続(事前相談・手続き) 予	NPO法人相続アドバイザー協議会会員	**7日**㈫・**21日**㈫ 13時～16時
行政書士(遺言書など作成) 予	行政書士	**2日**㈭ 13時～16時
住宅(修理・改築など) 予	建築職組合員	**14日**㈫ 9時～12時
不動産 予	宅地建物取引業協会会員	**14日**㈫ 13時～16時

相談名	相談員	日時
建築 予	建築士事務所協会会員	**16日**㈭ 9時30分～12時
税務(税金のこと) 予	税理士	**16日**㈭ 13時～16時
登記(相続登記など) 予	司法書士	**17日**㈮ 13時～15時30分
行政(意見・苦情など) 予	行政相談委員	**28日**㈫ 9時～12時
人権(近隣問題など) 予	人権擁護委員	**28日**㈫ 13時～16時
交通事故 予	交通事故相談員	**30日**㈭ 13時～16時
労働・年金 予	社会保険労務士	**27日**㈪ 13時～15時30分

7月の各種相談

相談名	日時・場所など	問い合わせ
消費生活	㈪～㈮ 9時30分～16時 祝除	消費生活センター ☎(292)1000
子どもの養育	㈪～㈮ 9時～17時 祝除	子育て相談課 ☎(235)4825
乳幼児の心身の発達 予	㈪～㈮ 9時～16時 祝除 場えびなこどもセンター	こども育成課 ☎(235)7885
不登校・いじめ・就学など	㈪～㈮ 9時～16時30分、㈯ 9時～11時30分(電話のみ) 祝除 他来所相談は予約制	教育支援センターえびりーぶ ☎(234)8700
ボランティア・市民活動・NPO 予	**第2・4**㈬13時～17時 場えびな市民活動センタービナレッジ情報コーナー	えびな市民活動センタービナレッジ ☎(259)8116
健康 予	㈫㈮㈯1回30分。時間などはお問い合わせを 場えびな市民活動センタービナスポ健康相談室	えびな市民活動センタービナスポ ☎(259)9450
体・歯 予	①**1日**㈬・**27日**㈪10時～12時②**2日**・**16日**㈭10時～12時 場海老名市医療センター 他①医師②歯科医師が対応	えびな在宅医療相談室 ☎(231)8650
分譲マンション管理 予	7月の相談はお休みします	住宅公園課 ☎(235)9604
成年後見(専門職相談) 予	**第1**㈫・**第3**㈬・**第4**㈪14時～16時、**第2**㈫10時～12時(1組45分以内) 祝除 場市役所西棟	海老名市社会福祉協議会 ☎(200)9833
障がい者	場地域活動支援センター結夢・相談支援事業所びーな'S	障がい福祉課 ☎(235)4812
DV・女性	㈪～㈮ 8時30分～16時30分 祝除 他女性相談員が対応	相談専用 ☎(231)2224
心の病気・認知症・依存症など 予	**22日**㈬13時30分～16時30分 場市役所障がい相談窓口「K.T.S.」	厚木保健福祉事務所 ☎(224)1111
ひとり親	㈪～㈮ 9時～16時 祝除 他母子・父子自立支援員が対応	相談専用 ☎(235)4504
若者(ひきこもりなど) 予	㈪～㈮ 8時30分～17時15分 祝除 場えびなこどもセンター2階	若者支援室 ☎(235)8411
自立支援	㈪～㈮ 8時30分～17時15分 祝除 場市役所西棟	生活支援課 ☎(235)9015

その他各種相談

相談日時は変更になる場合があります。

相談先	日時	問い合わせ
厚木年金事務所 予(一部)	㈪ 8時30分～19時、㈫～㈮ 8時30分～17時15分、**第2**㈯ 9時30分～16時 祝除	☎(223)7171 厚木市栄町1-10-3
相模大野年金相談センター(面談)	㈪ 8時30分～19時、㈫～㈮ 8時30分～17時15分、**第2**㈯ 9時30分～16時 祝除	☎042(701)8515 相模原市南区相模大野3-8-1
ねんきんダイヤル(電話)	㈪ 8時30分～19時、㈫～㈮ 8時30分～17時15分、**第2**㈯ 9時30分～16時 祝除	☎0570(05)1165
ねんきん定期便・ねんきんネットなど専用ダイヤル	㈪ 8時30分～19時、㈫～㈮ 8時30分～17時15分、**第2**㈯ 9時30分～16時 祝除	☎0570(058)555
かながわ中央消費生活センター	㈪～㈮ 9時30分～19時、㈯㈰㊗ 9時30分～16時30分	☎045(311)0999 消費者ホットライン☎188
暴力団相談コーナー	㈪～㈬㈮ 9時～16時、㈭ 9時～12時 祝除	☎(292)0880