

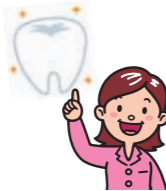
# マイ健康通信



6月4日～10日は「歯と口の健康週間」

## 80歳になっても20本の歯を残そう

働き盛りの年代に歯周病が急増し50歳の人で80%の人がかかっています。歯周病は歯の周りの組織が病気になる、進行すると歯が抜け落ちるこわい病気。



市では、80歳になっても20本以上の自分の歯が保てるよう「8020運動」を推進しており、40歳以上の節目年齢の人を対象に歯周疾患検診を実施します。また、6月4日～10日の「歯と口の健康週間」にちなみ、6月29日に歯と食の健康イベント「しっかり食べて健口生活」を実施。

この機会に歯と口の健康について考えてみませんか。

## 歯と食の健康イベント

「しっかり食べて健口生活」

【日時】 6月29日(水)9時30分～12時

【場所】 中総合会館

【内容】 ◆8020歯つびいデイ「歯とお口のなんでも相談」…歯や入れ歯、歯周病、かみ合わせなどの相談に舞鶴歯科医師会の馬場俊郎歯科医師が応じる。先着12人。無料。申し込み



## 受けよう! 歯周疾患検診

【期間】 来年2月28日(火)まで

【場所】 市内の協力歯科医療機関

【内容】 ◆歯周病検査 ◆ブラッシング指導  
◆歯・軟組織・顎関節の検診

【対象】 来年3月31日(金)で40・50・60・70歳になっている人

【料金】 500円(70歳の人と国保加入者は無料。市民税非課税世帯と生活保護世帯も無料。ただし、受診日の10日前までに予約が必要)。

【受診方法】 該当者には受診票を送付。希望の協力歯科医療機関へ直接予約を。

【問い合わせ先】 保健センター(☎65・0065)



みは、6月2日(木)から電話で保健センター(☎65・0065)へ。

◆歯科衛生士の健口チェックアドバイス…すぐわかる唾液のpHテスト、歯や入れ歯のケア など

◆食のミニ講座「賢く食べよう!食のバランスチェック」…9時45分からと10時30から。管理栄養士のバランスの良い食事の話

◆塩分チェック…お宅のお汁の塩分測定(お汁を持参)。減塩具だくさん汁の試食あり(なくなり次第終了)。



大腸がん

## 大腸がん検診

【実施期間】 10月31日(月)まで

【実施場所】 市内の実施医療機関

【内容】 便潜血反応検査(少量の便を2日間採取)

【対象】 市内に住民登録のある昭和52年3月31日以前生まれ



【料金】 500円(70歳以上の人と国保加入者は無料。市民税非課税世帯と生活保護世帯の人も無料。ただし、受診日の10日前までに予約が必要)。

【問い合わせ先】 保健センター(☎65・0065)へ。  
※保健センターなどでの「集団検診」を希望する人は、同センターに申し込みが必要

乳幼児の教室・相談、心の健康相談

## 教室と相談

園保健センター(☎65・0065)

	対象	日時	内容	定員	料金	申し込み
健やか育児相談	乳幼児の保護者	6月13日(月) 9:30～11:00	◆育児の悩み相談 ◆歯・食事の相談	なし	無料	不要
歯つびースマイル教室(2歳児むし歯予防教室)	2歳6か月児 H25.7.20～12.24生まれ 2歳児 H26.1.5～7.13生まれ	6月30日(木) 9:00～10:45	◆歯の話 ◆歯科健診 ◆フッ素塗布	先着20人	300円	13日(月)から電話で
離乳食教室	5～6か月児の保護者	6月17日(金) 14:00～15:30	離乳食の話と試食	先着15人	無料	2日(木)から電話で
心の健康相談室	市内在住の人	6月27日(月) 11:00～15:45	子育ての悩みや人間関係、仕事のストレス など	先着3人	無料	2日(木)～24日(金)に電話で

30歳代の女性のための健診

## レディース30健診

【日時】 ◆6月24日(金)9時～11時  
◆7月1日(金)9時～11時、13時～14時  
◆7月4日(月)9時～11時

【場所】 保健センター

【内容】 問診、身体計測、内科診察など

【対象】 市内に住民登録がある昭和52年4月1日～62年3月31日生まれの女性

【料金】 500円(国保加入者は無料。市民税非課税世帯と生活保護世帯も無料。ただし、受診日の10日前までに予約が必要)。

【申し込み方法】 電話で保健センター(☎65・0065)へ。

## 熊本地震に対する被災地支援

平成28年4月に発生した「平成28年熊本地震」によりお亡くなりになられた方々にお悔やみを申し上げますとともに、被災された皆さまをはじめ、避難生活を余儀なくされておられます皆さまに心からお見舞い申し上げます。

市では、職員の派遣や救援物資の提供、義援金の募集などの支援に取り組んでいます。市民の皆さまのご協力をよろしくお願いいたします。

今後とも、被災地が1日も早く復興できるよう、市としても可能な限り最大限の支援を行ってまいります。

《危機管理・防災課》

【職員派遣】

◆4月16日～22日…緊急消防援助活動に消防本部から16人を派遣(熊本県)

◆4月26日～28日…被災建築物応急危険度判定業務支援に職員2人を派遣(熊本県)

◆4月29日～5月9日…災害ボランティア業務支援に職員4人を派遣(南阿蘇村)

【救援物資】

アルファー化米1,500食の救援物資を提供(熊本市)

熊本地震災害義援金にご協力を 園福祉企画課(☎66・1011)

4月18日から市役所、西支所、加佐分室、中央・東・南公民館、大浦・城南会館へ義援金募金箱を設置。5月17日現在で、1,833,550円が集まりました。

引き続き、皆様のご協力をよろしくお願いいたします。

◆郵便振替 ⇒ ◆加入者名…日赤平成28年熊本地震災害義援金

◆口座番号…00130-4-265072



家屋の応急危険度判定を実施



ボランティア業務支援活動を報告



緊急消防援助隊の活動

## 叙勲・褒章の受章者、全国大会等出場者を紹介

春の褒章

◆黄綬褒章

山崎俊邦(河原)

以上敬称略

春の叙勲

◆瑞宝単光章

谷文壽(別所)

以上敬称略

危険業務従事者叙勲

◆瑞宝双光章

岩本俊光(行永)

筒井壽樹(伊佐津)

富樫春雄(行永)

米澤英一(溝尻)

◆瑞宝単光章

今井徹(行永)

馬野廣幸(福来)

小野泰男(京田)

高塚英治(倉谷)

田村昇(行永)

中嶋巧(森本町)

野上壽雄(万願寺)

松原健司(金屋町)

宮坂勝二(余部上)

矢谷幸雄(北田辺)

以上敬称略

世界大会出場おめでとう

☆THE DANCE WORLDS 2016(4月23日～25日、アメリカ)

QUEEN BERRIES

岩木紗菜(中舞鶴小6年)

全国大会で好成绩

☆全日本学生ウエイトリフティング個人選手権大会(5月6日～8日、大阪府) 男子85kg級優勝

高井啓亮

(京都産業大4年、城北中出身)

全国大会出場おめでとう

☆全日本学生ウエイトリフティング個人選手権大会(5月6日～8日、大阪府)

高井啓亮

(京都産業大4年、城北中出身)

☆全日本少年少女空手道選手権大会(6月25日、大阪府)

矢野明心(白糸中2年)

☆All Star Nationals 2016(3月27日・28日、千葉県)

QUEEN BERRIES

岩木紗菜(中舞鶴小6年)

MINI BERRIES

岩木菜乃彩(中舞鶴小5年)

以上敬称略