

高齢者の健康

事業名	とき	ところ	対象	連絡先
高齢者の健康・認知症・介護 電話相談	平日 8:30~17:15	地域包括支援センター おおぞら	65歳以上の方とその家族	地域包括支援センター おおぞら ☎28・0932
元気教室	6月5日(金)10:00~11:00、11:00~12:00	保健センター	75歳以上の方	
元気はつらつサロン	6月3日(水)、10日(水)、17日(水)、24日(水) 13:30~14:30	総合福祉センター しいの木	65歳以上の方	社会福祉協議会 ☎29・0002
うたごえクラブ	6月11日(木)10:00~11:00	総合福祉センター北館 さざんか	60歳以上の方	総合福祉センター さざんか ☎28・2088
シニア元気づくり体操教室	6月2日(火)、9日(火)、16日(火)、23日(火)、 30日(火)10:00~11:00	総合福祉センター南館 ひまわり	おおむね65歳以上の方	地域包括支援センター おおぞら ☎28・0932
	6月3日(水)、10日(水)、17日(水)、24日(水) 10:00~11:00	下青山公民館(第1・第3水曜)、 正法寺(第2・第4水曜)		
	6月4日(木)、11日(木)、18日(木)、25日(木) 10:00~11:00	総合福祉センター しいの木		
	6月5日(金)、12日(金)、19日(金)、26日(金) 10:00~11:00	富士学習等供用施設		

初めて参加される場合や欠席をされる場合はご連絡ください。

シニア元気づくり体操教室に参加される際は、駐車台数に限りがありますので、できる限り徒歩または自転車でお越しください。

保健センターだより 「歯みがきは 体を守る 最前線」

6月4日(木)~6月10日(水)は歯と口の健康週間です

歯と口の健康は全身の健康を守るために欠かせないものです。そのためにはよく噛んで食べることや、お口のケアを意識して毎日続けることが大切です。また、むし歯や歯周病の早期発見、予防のためにも定期的に歯科健診を受けましょう。

8020達成者の表彰を行います

8020(ハチ・マル・ニイ・マル)運動は「80歳になっても20本以上自分の歯を保とう」という運動です。今年度も8020を達成された方に対して表彰を行います。

令和9年3月31日までに80歳以上になる方で、ご自身の歯が20本以上ある方が対象となります。下記のいずれかの方法で申請してください。以前に表彰されたことがある方は除きます。8020を達成された方の表彰式は健康・福祉フェスティバルで行います。

▶申請方法

①町内の歯科医院で歯科健診を受ける方

歯科医院より推薦を受けることができます。8月31日(月)までに町内の歯科医院を受診してください。

②町外の歯科医院で歯科健診を受ける方

受診する前に保健センターで歯科健康診査報告書を受け取り、歯科医院で記入を依頼してください。歯科健康診査報告書は、8月31日(月)までに保健センターへ提出してください。

▶問合せ 保健センター ☎28・3150