

ぼくわたし
虫歯ゼロ

5月9日の幼児歯科健診で虫歯がなかったお友達です。



川下 嵐くん
(6歳・橋場)



野表 稜平くん
(3歳・田子)



林 佳樹くん
(3歳・小屋瀬)



村上 杏那ちゃん
(3歳・大沢)



波紫 明香里ちゃん
(3歳・浦子内)

未来の健康につなげるために
よくかんで健康寿命を延ばしましょう

毎日のよくかむ習慣は、あなたの未来の健康につながります。よくかむためには、自分の歯の健康を守ることと自分に合った入れ歯を使うことが大切です。

歯みがきなどのお手入れのほか歯科医院での定期健診を受診し、健康寿命を延ばしましょう。



よくかむことで得られる6つの効果

- 1 胃腸の疲れを少なくする
食べ物をよくかむことで、消化しやすくなり、胃腸の疲れを少なくします。
- 2 歯と口の病気を予防する
かんだときに分泌される唾液が口の中をきれいにするため、歯や口の病気を予防します。
- 3 肥満を予防します
満腹感を得やすくなり肥満を予防することができます。
- 4 発音や表情が良くなる
- 5 脳の発達・認知症を予防
- 6 体力の向上につながる

**活用してください
無料のクーポン券**
町では、節目年齢を迎える人の誕生日に歯科健診を無料で受けられるクーポン券を送付しています。町内の歯科医院で1回の健診を無料で受診することができます。
☎健康福祉課健康係 ☎内線159



障がい者の仕事&生活支援 移動相談会を開催します
盛岡広域障害者就業・生活支援センターでは、次のとおり移動相談会を開催します。支援ワーカーが、障がいがある人の仕事や生活支援などの相談をお受けしますので、気軽にご相談ください。
【日時】
7月12日(木)
午前の部 10時～12時
午後の部 13時～15時
【場所】
町保健センター 集会室
※相談には、事前予約が必要です。
※障害者手帳、お薬手帳、自立支援医療受給者証をお持ちの方は持参してください。
☎盛岡広域障害者就業・生活支援センター
☎019-605-8822



町シルバー人材センターの設立総会であいさつする鈴木町長

町シルバー人材センター設立
一緒に働く会員を募集します

設立総会を開催し
新たな活動を開始

町シルバー人材センター(前原文雄会長・会員31人)の設立総会は5月11日、町保健センターで関係者ら約40人が出席し開催されました。

シルバー人材センターは、これまで社会福祉協議会内にあった町いきいきシルバー交流センターを改編し、新たに設立されたもの。(公社)岩手県シルバー人材センター連合会に加入し、法的根拠に基づいた任意団体として活動します。

一緒に仕事を
会員を募集します

町シルバー人材センターでは、健康で働く意欲のある原則60歳以上の会員を募集しています。仕事内容は草取りやガラス拭きなどのうち、自分が作業できる業務です。また、月に10日以内、おおむね週20時間以内で無理のない範囲で請け負うことができます。

※会員の登録の際は、年会費(保険料)として1000円の負担があります。

個人や企業、団体からの
仕事を受け付けています

個人(年齢を問わず)や企業、団体、官公庁などから急な仕事や短い期間でできる簡単な仕事を受け付けています。作業は、シルバー人材センターの会員が請け負います。気軽にご連絡ください。

【主な仕事の例】

草取り、草刈り、庭木の剪定、掃除、除雪、ガラス拭き、障子ふすま張り、お墓の掃除、簡単な農作業など

職種や業務内容を考慮した見積基準単価表に基づいて決定します。

☎町社会福祉協議会
☎66-2111内線581

公開講座&こころサロン
ENERGYを開催します

「家族を亡くした悲しみを抱えるあなたに伝えたいこと」

県精神保健福祉センターでは、次のとおり公開講座とこころサロンENERGYを開催します。

大切な家族を亡くした後に、落ち込んだ気分が長く続き、亡くなった事実を受け入れることができないなどの状態が続くと、心身に大きな影響が生じ、専門的なサポートが必要になることがあります。その心の状態を理解し、寄り添うためにも参加してみませんか。

【日時】

6月17日(日) 13時から16時30分
※受付：12時30分から

【場所】

県福祉総合相談センター
(盛岡市本町通三丁目19-1)

【内容】

(1)公開講座 ※どなたでも参加可能
13時から14時30分まで
▽講義：大切なご家族を亡くした後の長引く悲嘆からの回復
(2)こころサロンENERGY
14時50分から16時30分まで
▽対象：ご家族を亡くされ、強い悲しみが1年以上続いている人
【申込期限】 6月11日(月)
☎県精神保健福祉センター
☎019-629-9617