

5月12日は民生委員・児童委員の日です！

「民生委員・児童委員」は厚生労働大臣に委嘱されたボランティアとして、地域住民の立場に立って、皆様の暮らしを支援する人です。すべての「民生委員」は「児童委員」を兼ねており、子どもに関わる支援活動も行います。また、「主任児童委員」という、主に子どもに関する支援活動を行う委員もいます。

民生委員・児童委員は、地域の皆様の相談相手です。子育てに関すること、高齢者の介護に関する

こと、健康・医療に関することなど、お気軽にご相談ください。民生委員・児童委員には守秘義務があります。地域の皆様から受けた相談内容の秘密を守ります。個人情報やプライバシーの保護に配慮した支援活動を行います。お住まいの地域を担当している民生委員・児童委員は誰で、どのような連絡をとればよいのかについては、福祉課にお問い合わせください。

福祉課 電話 23 - 9235

たっしゅかプランより

5・6月は

「噛まんばあ」月間です！

「噛む」ことの大事さと、噛むために歯を大切にすることを気づいていただきたい月間です。

歯の大切さは、歯の具合が悪くなつたときに気づき、後悔することが多いものです。

日頃から、歯を大切にす
る気持ちを持ちましょう。
たっしゅかプランでは、
次のことを推進します。

【妊婦・乳幼児期】
歯磨きの習慣づけと、仕
上げ磨きを行う
ジュースや乳酸菌飲料を
だらだら飲ませない



【学童期】

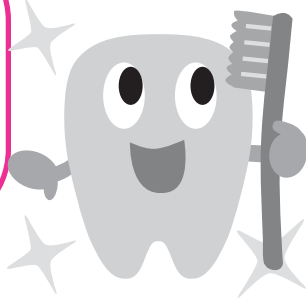
食事の後は、歯を磨く
むし歯は早く治療する
バランスのとれた食事を
し、お菓子の食べすぎに
注意する

はちまるにいまる

8020運動って知ってる？

80歳まで自分の「20本残す運動だよ」

健康な歯は小さい頃からの積
み重ねが大切。健康な歯は、
一生の財産！！



【青年・壮年期】

歯科検診を定期的に受診す
る
正しい歯磨きをする
たばこを控える
【高齢期】
歯科健診を定期的に受診す
る
歯磨きを充分に行う

「今年の健診は、社保の人は受けられんと？」という、質問が寄せられています。

総合健診(特定健診+がん検診+結核検診)について再度のお知らせ！です

5月21日から、総合健診が始まります。大きく変わる点がありますので、ご注意ください。

特定健診は、国保の40～74歳の方が対象！
健診料金は1,000円
国保以外の方は、加入している保険者にお尋ねください。(職場の担当部署や保険証の連絡先にお尋ねください)
75歳以上の方は、7月に健診の案内をお送りします。(介護認定を受けている方を除く)



がん検診の料金負担は、75歳以上の方は無料です。
後期高齢者医療受給者証をお持ちの方や市民税非課税世帯の方は無料です。

がん検診・結核検診は、これまで同様に保険に関係なく受診できます！

詳しい内容は、市報3・4月号をご覧ください。
お問い合わせ先
くらし部 健康課 電話23-9135