



地域の活動を紹介します

「むし歯、ほら、な〜い!会」

地域の担当保健師を窓口、歯科医師、歯科衛生士、小学校や保育園の先生、町内会長、老人クラブ会長、保健協力員、保護者のかた15人で活動しています。



洞内小学区をモデル地区とし、むし歯予防について地域の人みんなで取り組んでいこう!ということで、本年度から「むし歯、ほら、な〜い!会」という会を立ち上げました。

現在、会のメンバーは地区の住民健診や老人クラブの集まる機会を利用して、「むし歯、ほら、な〜い!会」の紹介と歯の健康づくりについて保健師と一緒に勉強しています。

「むし歯、ほら、な〜い!会」メンバーの声



子どもたちは生き生きと健やかに、お年寄り生きがいを持って暮らせる健康長寿地区を目指し、少しでもお手伝いできればと考えています。
保健協力員 妻神さん (写真右)

第四白菊保育園・洞内小学校の保護者に、歯に関するアンケートを実施しました

保育園児の4歳までは約8割のかたが仕上げ磨きをしているのに対し、4歳を過ぎると半数に減少します。また、小学2年生以上になると約1割しか仕上げ磨きをしていないということがアンケート結果から分かりました。

仕上げ磨きは小学4年生までは必要だといわれているので、1人で磨けるようになって、大人が仕上げ磨きをするようにしましょう。

食事をしたらしっかりと歯磨きを。丈夫な歯で健康を保ち、地域の人みんなで笑顔が輝く子どもを育てましょう。

老人クラブ北野北星会会長 築場さん



歯の健康づくりについて考えてみましょう

食べたり、話したりするときに重要な役割を果たす歯の健康を守ることで、健康増進を図りましょう。今回は洞内小学区がモデル地区ですが、皆さんの家庭でも積極的に歯の健康づくりについて考えてみましょう。

問い合わせ先 市保健センター (☎261181)

（財）青森県総合健診センターから社会保険など被扶養者のかたへ 特定健診、胃がん、大腸がん、肺がん検診実施のお知らせ

対象 社会保険、健保連、警察共済組合、県職員共済組合、公立学校共済組合の被扶養者で40歳から74歳までのかた

とき 21年1月9日(金) 受付時間：午前8時～10時30分

ところ 市保健センター

内容 ▷特定健診
▷各種がん検診（市内に住所を有する40歳以上で、本年度がん検診を受けていないかた）

項目	特定健診	胃がん	大腸がん	肺がん
料金	無料 (任意継続を除く)	1,300円 (70歳以上のかたは500円)	500円	400円

※70歳以上のかたは胃がん検診を除く各がん検診が無料、市民税非課税のかたは各種がん検診が無料になります。市民税非課税世帯証明書(無料)を税務課(市役所本館1階)または市民生活課(十和田湖支所1階)で取得し、健康診査当日に提出してください。

持ち物 健康保険証、特定健診受診券(各医療保険者で発行します。忘れた場合は受診できません)

申し込み方法 電話または12月12日の地方新聞折り込みチラシの申込用紙でお申し込みください。

申込受付期間 12月12日～19日

申し込み先 (財)青森県総合健診センター
(☎017-741-2336)