



# お知らせ保健

ID 535825868

▽健康課（新城保健センター）  
（TEL 23・8551）

## ◎教室

### 離乳食ひろば（要申込）

日時 1月13日（木）

午前10時～11時

場所 新城保健センター

内容 離乳食・歯の話、身体計測（希望者）

※調理実習、試食はありません。

対象 令和3年2月～7月

生まれの乳児とその保護者

定員 8組（先着順）

持ち物 母子健康手帳、バス  
タオル（身体計測希望者）、筆記用具

## ◎検診

### 集団がん検診（要申込）

日時 1月17日（月）午前

場所 新城保健センター

## 内容・費用

胃がん	500円
大腸がん	300円
前立腺がん	500円
子宮がん	500円
乳がん	500円
（40歳代）	600円
結核・肺がん	無料

## その他

- ◆前立腺がんは50歳以上の男性が対象です。
- ◆40歳代の方の乳がん検診は二方向のレントゲン撮影を行います。
- ◆がん検診は年度に1回の受診でお願いします。

## ◎相談

### 健診結果説明・相談会（要申込）

日時 1月17日（月）

午前9時～

場所 新城保健センター

内容 お手元の健診結果についての説明・相談

対象 健診受診者（特定健診、勤務先や個人などで健康診査を受けた方）

持ち物 健診結果票、筆記用具

## シニア世代の歯とお口の健康のために

「オーラルフレイル」をご存じですか？  
加齢により、物を噛んだり飲み込んだりする機能が徐々に低下していきます。

ささいな症状の始まりが「オーラルフレイル期」です。見逃しやすく、気が付きにくい特徴があるため注意が必要です。オーラルフレイルが改善されないと、食事への満足度が低下し、心身の機能低下につながります。

### オーラルフレイル期の症状

- ◆滑舌が悪くなる
- ◆食べこぼしが増える
- ◆わずかなむせが出る
- ◆噛めない食品が増える
- ◆口が乾燥する

### あなたは大丈夫ですか？

#### オーラルフレイル予防のために

- ①歯と口のケア  
定期的な歯科健診を受けましょう。
- ②お口の体操  
かむ力や飲み込む力を維持向上するために  
お口の体操をしましょう。
- ③バランスのとれた食事  
口の衰えは老いの始まりです。お口の健康力アップで、元気で楽しい生活を送りましょう。

## ハチマルニイマル 8020運動 受賞おめでとうございます

「8020運動」は、「80歳以上で20本以上の歯を保つこと」を目標としています。県歯科医師会では、8020を達成された方を表彰しています。今年度は次の方々が表彰されました。

萱場 育子（入船）	松井 紀一（平井）	伊藤 充（東新町）	山本美佐子（平井）	吉川 淳一（中宇利）	本島 鷹二（中宇利）	佐藤 貞雄（大峠）	商崎 秀己（細川）	上井 育代（小川）	清水 輝昭（引地）	藤田 國男（稲木）	後藤 美鈴（川田原）	菅沼 博子（長者平）	柿田 正（吉川）	荻野 ひさ（能登瀬）	酒井美砂子（稲木）
26本81歳	26本81歳	26本82歳	27本80歳	27本80歳	27本80歳	27本80歳	27本80歳	27本80歳	27本81歳	27本81歳	28本80歳	28本80歳	28本82歳	28本82歳	29本87歳
（年齢は令和4年3月31日）	（年齢は令和4年3月31日）	（年齢は令和4年3月31日）	（年齢は令和4年3月31日）	（年齢は令和4年3月31日）	（年齢は令和4年3月31日）	（年齢は令和4年3月31日）	（年齢は令和4年3月31日）	（年齢は令和4年3月31日）	（年齢は令和4年3月31日）	（年齢は令和4年3月31日）	（年齢は令和4年3月31日）	（年齢は令和4年3月31日）	（年齢は令和4年3月31日）	（年齢は令和4年3月31日）	（年齢は令和4年3月31日）
野々村辰司郎（富保）	竹下たづ子（野郷）	土肥 克己（川田）	松下 知（内金）	佐宗あい子（和田）	権田 重紘（本町）	望月 英勝（竹広）	今泉由紀子（田代）	金田 英明（川路）	太田 幸男（下吉田）	銀原 満男（竹ノ輪）	大原 正巳（本町）	太田 明男（本郷）	伊奈 久美（新城中町）		
20本82歳	22本80歳	23本80歳	23本81歳	23本81歳	23本81歳	24本80歳	24本80歳	24本80歳	25本80歳	25本85歳	26本80歳	26本80歳	26本81歳		