

6月4日～10日は 歯と口の健康週間です！

母子保健班

日ごろから、歯と口の健康について意識していますか。

令和5年度に市民アンケート調査で、40歳代で歯を1本も失ったことがない人の割合が54.5%でした。約2人に1人が何かしらの理由で歯を失っている状況です。

歯を失う原因の多くが「歯周病」「むし歯」です。これらを予防するには、日ごろから歯みがきをすることと、かかりつけ歯科医で定期検診をすることです。

自分の歯があれば何でも食べることができます。「歯は一生の財産」です。この機会に、自分のお口の健康を考えてみましょう。

カラダ改善プロジェクト

成人保健班

正しい方法で「動きやすいカラダ」を手に入れよう！

順天堂大学の科学的根拠に基づいた専門的プログラムによる健康的な「カラダ改善」に取り組みませんか。

事前説明会 8月26日(月) 9:00～12:00

事前説明会で内容を把握された上で、参加手続きを行います。

日程・内容 午前1回 60分～90分

○栄養・歯科指導 9月17日(火)

○初回体力測定会 9月26日(木)

○筋力トレーニング 12月16日(月)まで [週2日 計21回]

○最終体力測定(食事調査) 12月19日(木)

○結果説明会 1月16日(木)

場所 すこやかセンター2階

対象 運動可能な市内在住の30歳以上の人

定員 40人

費用 8,000円

申込み 電話にて予約(定員になり次第締め切り)

※詳しくは市公式ホームページをご覧ください。



成田赤十字病院 公開健康講座

日時 6月22日(土) 14:00～15:30

場所 赤坂ふれあいセンター 大会議室

<成田市赤坂2-1-14>

テーマ 関節リウマチの薬物治療

講師 横田 雅也さん

(成田赤十字病院 第二リウマチ・アレルギー内科部長)

定員 80人

費用 無料

申込み 成田赤十字病院社会課に電話で予約(☎(22) 2311)

または成田赤十字病院のホームページで受付

※詳しくは成田赤十字病院社会課に問い合わせてください。



チャレンジ!

とみさと健康ウォーキングキャンペーン 成人保健班

120万歩を完歩した人には、達成スタンプの押印と達成証を交付します。JA富里市の協賛により、応募された人の中から、抽選で10人に富里産新鮮野菜などのふるさと産品をプレゼントします。

対象 20歳以上で市内在住または在勤者

参加方法

①記録用紙(※)を受け取る

②日々の歩数を記録する

③120万歩・240万歩・360万歩を達成したら、記録用紙を健康推進課または日吉台出張所に持参し、達成スタンプの押印と達成証を受け取る(プレゼントを希望する人は応募)

※記録用紙は市公式ホームページからダウンロードできるほか、市内公共施設、JA富里市産直センター1号店・2号店、市内協力店舗、市内協力医療機関などで配布しています。

募集期間 キャンペーン応募 令和7年2月28日(金)まで

記念品の引換 令和7年4月30日(水)まで

※詳しくは市公式ホームページをご覧ください。



健康診査結果説明会

成人保健班

健康診査の結果について、個別で相談できます。

日程・場所

○すこやかセンター(午前のみ)

6月27日(木)、7月1日(月)、7月8日(月)、8月5日(月)、10月2日(水)

○北部コミュニティセンター(午前・午後)

7月17日(水)

時間 [午前] 9:30～/10:00～/10:30～/11:00～

[午後] 13:30～/14:00～/14:30～/15:00～

定員 各回4人

持ち物 健診結果、健康手帳(お持ちの人)

申込み 電話、窓口にて予約

献血 in 市役所

感染症予防班

輸血用の血液が、千葉県内で大変不足しています。医療に必要な血液は、人工的につくることができず献血に頼っています。

尊い命を救うため、献血にご協力をお願いします。

日時 6月26日(水)

①10:00～11:45 ②13:00～16:00

場所 すこやかセンター1階ロビー

こんにちは、地区保健推進員です！

健診の案内や手作りおやつを紹介、1歳お誕生訪問など、地域の健康づくりや子育て支援の活動をしており、今年度は、38人で活動していきます。

各地区の保健推進員は、市公式ホームページをご覧ください。

