

6月4日～10日は「歯と口の健康週間」

～「おいしい」と「元気」を支える 丈夫な歯～

歯の健康展

参加費
無料

6月4日 日

10:00～15:00
津リージョンプラザ

| 内容 | 対象 | 時間 | 場所 | 定員 | 申し込み |
|---|---------------------------------------|---------------------------------|--------------------------|--|---|
| 歯科矯正、歯周病などの相談 | どなたでも | 10:00～12:00 | 1階 中央保健センターロビー | なし | 不要 |
| 歯の健診・お口の衛生指導 | どなたでも | 10:00～14:30 | 2階 健康教室 | | |
| フッ化物(フッ素)塗布 (注)塗布後30分間は飲食できません。 | 3～7歳児 | 10:00～14:30 | 2階 健康教室 | 当日先着 (午前)90人 (午後)45人 | 当日整理券を配布 (午前)9:45～ (午後)12:30～ |
| 義歯の洗浄とお手入れ相談、スポーツマウスガードおよびびびき防止装置の展示 | 義歯などを使用している人 | 10:00～14:30 | 1階 中央保健センターロビー | 当日先着30人 | 不要 |
| 栄養相談、糖分量の展示、歯と食のクイズ、血液サラサラチェック | どなたでも | 10:00～15:00 | 1階 中央保健センターロビー | ※血液サラサラチェックは当日先着 (午前)70人 (午後)40人 | ※血液サラサラチェックは当日整理券を配布 (午前)9:45～ (午後)12:30～ |
| 親子で一緒に楽しくクッキーを作ろう! | 小学生以下の子どもと保護者 | 10:00～15:00 | 2階 栄養指導室 | 当日先着100組 | 不要 |
| 歯科保健図画・ポスターコンクール作品の展示、むし歯予防や健康に関する啓発コーナー、バルーン配布など | どなたでも | 10:00～15:00 | 3階 生活文化情報センター(展示室)・ギャラリー | なし | 不要 |
| コンクール・表彰式 【1部】歯科保健図画・ポスター、よい歯の児童・生徒コンクール 【2部】8020運動、親と子のよい歯のコンクール | 表彰式の観覧はどなたでも ※コンクールの参加・応募は下記①②をご覧ください | 表彰式 【1部】11:30～ 【2部】14:30～ | 3階 生活文化情報センター(展示室)・ギャラリー | | |

※歯科保健図画・ポスターコンクール作品の展示は、6月3日(土)・4日(日)に行います。



**8020運動
親と子のよい歯の
コンクール
参加者募集!**

- 対象** ①80歳以上で自分の歯が20本以上ある人
②ほとんどむし歯がなく健康な歯を持つ3歳～就学前の幼児と父親または母親
- 定員** ①②とも先着各20組
- 申し込み** 5月19日(金)から中央保健センター(☎229-3164)へ
※入賞すると、氏名・年齢・写真などが、新聞やテレビなどに掲載される場合があります。

問い合わせ(月～金曜日 9:00～17:00)

歯と口の健康週間事業実行委員会事務局
中央保健センター
教委教育研究支援課

☎225-1304 FAX 223-3936
☎229-3164 FAX 229-3287
☎229-3293 FAX 229-3017



5月31日は「世界禁煙デー」 5月31日～6月6日は「禁煙週間」

がんや循環器病の予防や治療効果を高めるためには禁煙が大切です。タバコの煙は、吸う人や周りの人の健康に影響を与えます。換気扇の下やベランダでの喫煙でも、煙がしばらく髪や衣服など身体にまとわりつき、その臭いや有毒性から「サードハンドスモーク」と言われています。津市では、第3次健康づくり計画で「受動喫煙を防ごう」を目標に掲げ、妊婦や子どもたちをたばこの煙から守るような取り組みを進めます。

5月31日から禁煙に挑戦してみませんか?

