

# 6月4日(日)~10日(土)は歯と口の健康週間 やつしろ歯の祭典

日時 6月10日(土) 10:00~15:00 入場無料

場所 桜十字ホールやつしろ

- ・ 歯科健診、相談 ・ 矯正相談 ・ フッ化物歯面塗布
- ・ 指模型作成など
- ・ 健康コーナー（骨密度測定、血管年齢測定、ベジチェック）

八代歯科医師会口腔保健センター

- ・ 歯科健診、相談 ・ フッ化物歯面塗布 ・ 指模型作成

小学生図画・ポスター入選作品展示

- ◇ 6月2日(金)~9日(金) 市役所本庁1階ロビー
- ◇ 6月10日(土) 桜十字ホールやつしろ



やつしろ歯の祭典は『健康づくり応援ポイント事業』の対象です。



問合せ 健康推進課 ☎ 33-5116

## 熊本県の1歳6カ月児のむし歯 2年連続全国ワースト1位

乳歯のむし歯は、成長の過程において、食べる機能や会話をする機能に影響します。むし歯菌は1歳6カ月から3歳ごろまでに家族の唾液から感染することが多いため、家族も定期的に歯科健診を行うことが大切です。毎日の仕上げ磨きやフッ化物配合の歯磨き剤などを使用して、子どものむし歯ゼロを目指しましょう。

## 今年の夏も熱中症予防を

熱中症は、高温多湿な環境に長時間いることで、体温調節機能がうまく働かなくなり、体内に熱がこもった状態のことです。屋外だけでなく室内で何もしていないときでも発症します。

熱中症を防ぐために…

- ・ 室内………扇風機やエアコンで温度を調節したり、遮光カーテンやすだれ、打ち水を利用しましょう。
- ・ 屋外………日傘や帽子の着用、日陰の利用、こまめな休憩をとりましょう。天気の良い暑い日は、日中の外出をできるだけ控えましょう。
- ・ からだの蓄熱を避ける………通気性のよい、吸湿性・速乾性のある衣服を着用しましょう。また、保冷剤、氷、冷たいタオルなどで、からだを冷やしましょう。
- ・ こまめに水分補給をしましょう



特に子どもや高齢者は注意が必要です

子どもは、体温調節能力が十分に発達しておらず、自ら症状を訴えることも難しいので、気を配る必要があります。高齢者は、暑さや水分不足に対する感覚機能やからだの調整機能が低下しているため注意が必要です。

問合せ 鏡保健センター ☎ 52-5277

# 皆様のご意見をお聞かせください 令和5年度 市政懇談会

市長が市内各校区を訪問し、市民の皆さんと懇談を行います。今後のまちづくりに活かしていくため、皆さんのご意見をお聞かせください。

内容 市政報告（市長）、意見交換

開催時間 19:00~20:30

参加対象 開催地域にお住まいの人

※開催日などの詳細は、該当地区への回覧や、コミセンだよりなどでお知らせします。

※その他の10校区・地域は令和6年度に開催を予定しています。

問合せ 秘書広報課 ☎ 33-4101

開催月(日)	地域	開催場所
6/16(金)	金剛	金剛コミュニティセンター
6/19(月)	昭和	昭和コミュニティセンター
7月	東陽	定住センター
8月	坂本	坂本コミュニティセンター (坂本地域福祉センター内)
	千丁	千丁コミュニティセンター
	八千把	八千把コミュニティセンター
9月	泉	振興センターいずみ
10月	鏡	鏡コミュニティセンター
	高田	高田コミュニティセンター
11月	松高	松高コミュニティセンター
	郡築	郡築コミュニティセンター



## 「介護保険負担限度額認定証」の更新申請の受付を 6月から開始します

現在交付している認定証の有効期限は7月31日です。8月1日以降も入所および短期入所を利用予定の人は、更新手続きが必要です。更新手続きは介護保険課窓口または各支所地域振興課で受け付けます。

必要なもの

- ・ 持っている預貯金通帳などすべて（配偶者分も含む）  
※銀行名や口座番号、名義人、直近の年金振込、最終残高を確認できるもの
- ・ 被保険者・配偶者・手続きを行う人の印鑑
- ・ 手続きを行う人の身分証明書
- ・ 代理申請の場合、代理権が確認できるもの  
※介護保険証、健康保険証、委任状など  
※申請書と同意書は窓口に備えてありますが、必要な場合は市ホームページからダウンロードください。



問合せ 介護保険課 介護給付係 ☎ 33-4145