



広報

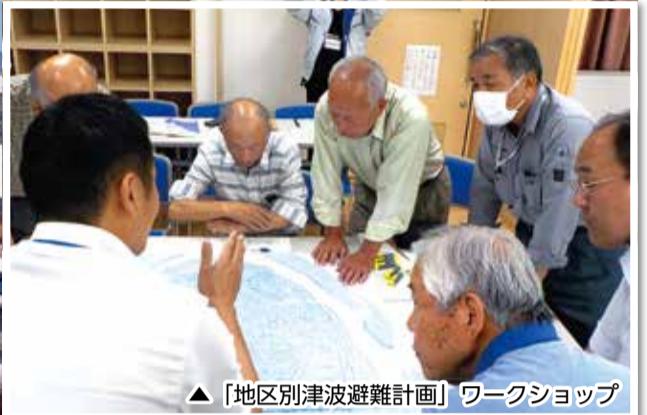
とくしま

トピックス

市民病院職員(事務職)を募集します (4面)

- 既築住宅の太陽光発電システム設置費を補助 (4面)
- インフォメーション(2・3面)
おしらせ、イベント情報など

令和元年8月1日現在(前月比) 人口/253,122人(-75) 男/120,139人(-45) 女/132,983人(-30) 世帯数/119,925世帯(+26) 面積/191.39km²



▲「地区別津波避難計画」ワークショップ

△協力企業による防災用品の説明

9月1日は
防災の日

自分たちの地域は自分たちで守る

大規模災害が発生したとき、被害が広範囲に及ぶことから、行政による「公助」が間に合わないことが想定されます。被害を最小限に食い止めるには、自分の命を自分で守る「自助」はもちろん、地域や身近な人同士が助け合う「共助」が重要です。あなたも地域の防災活動に積極的に参加しましょう。

災害発生「直後」の行動が明暗を分ける

阪神・淡路大震災では、がれきの下から救出された人のうち約8割が近所の人などによって助けられました。災害発生初期の対応は、住民同士の協力・連携にかかっています。

「共助」を担う自主防災組織

自主防災組織とは、自治会・町内会などを中心に、「自分たちの地域は自分たちで守る」という意識のもと、地域住民が自主的に連帯して防災活動を行う集まりです。災害発生時に備え、平常時から防災訓練や講習会など、さまざまな活動を行っています。

8月1日現在、徳島市内で結成された自主防災組織は809団体で、加入世帯率は約45%です。

まだ加入していない皆さんは、自主防災組織に加入し、災害に備えた活動に参加しましょう。※結成状況などの詳細は市ホームページをご覧ください。



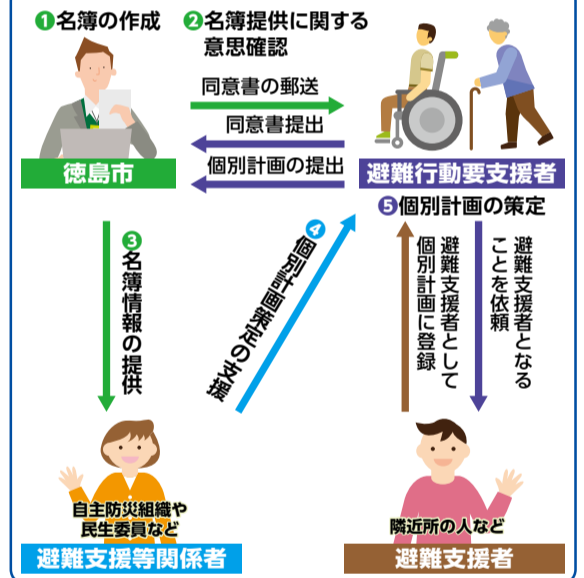
避難行動要支援者を災害から守るために

災害時に被害を受けやすいのは、自力で避難することが困難な高齢者や身体が不自由な人など(避難行動要支援者)です。

本市では、支援を必要とする人の名簿を作成し、本人の同意を得て、自主防災組織や民生委員など、地域の避難支援等関係者に情報を提供しています(右図参照)。

このように、要支援者の名簿をあらかじめ提供しておくことで、災害発生時の避難連絡・安否確認・救助活動に役立ちます。

〈避難支援の流れ〉



地域の活動に参加し、防災力を高めよう

災害時に慌てず行動するためには、日頃から防災対策に取り組むことが大切です。

地域の自主防災組織などが実施する防災訓練や講習会などに積極的に参加し、近所の人との交流を深め、いざというときに協力し合える地域づくりを目指しましょう。

～自主防災組織の活動を紹介～

インタビュー

渭北地区の自主防災組織では、防災資機材の整備補充や避難訓練の実施、防災研修会・講演会への参加など、積極的に活動を行っています。



渭北町内会連合会
近藤 辰夫 会長

また、他地区に先駆けて、地区内の避難場所を地図上に表した「地震・津波避難支援マッ

プ」を作成し、それをもとに、まち歩きやワークショップを重ねて昨年末に「渭北地区津波避難計画」を策定しました。

一人でも多くの人に作成した避難計画などを有効活用してもらうとともに、子育て世代の若い人たちにも自主防災組織の活動に参加してもらえよう、呼びかけていきたいと思っています。今後も、100%の生存率を目指して、震災に強い防災体制づくりに努めていきます。

【問い合わせ先】渭北自主防災会(☎652-7476)

【問い合わせ先】

- ▶ 自主防災組織の結成や地震・津波避難支援マップなどに関すること＝防災対策課 (☎621-5527 FAX 625-2820)
- ▶ 自主防災組織の訓練など育成に関すること＝消防局予防課 (☎656-1193 FAX 656-1201)
- ▶ 避難行動支援事業に関すること＝保健福祉政策課 (☎621-5562 FAX 655-6560)

掲示板

INFORMATION

お知らせ

新しい国民健康保険被保険者証を郵送

新しい被保険者証(青色、有効期限は令和2年9月30日)を対象者に9月末までに郵送します。10月1日(火)以降に診療を受ける際は、新しい被保険者証を提出してください。

問 保険年金課(☎621-5157)

選挙人名簿の異議申し出を受け付け

9月2日に新たに選挙人名簿に登録した人と9月2日までに新たに在外選挙人名簿に登録した人の異議申し出を、9月3日(火)～7日(土)各日8:30～17:00、市役所9階選挙管理委員会事務局(7日(土)は市役所地下1階当直室)で受け付けます。選挙人名簿の閲覧についてはお問い合わせください。

問 同事務局(☎621-5373)

長寿のお祝いを贈呈

9月15日～21日は長寿者を敬愛し、長寿を祝う老人週間です。市では敬老の意を表するため、110歳(明治41年9月22日～明治42年9月21日生まれ)と105歳(大正2年9月22日～大正3年9月21日生まれ)の人には祝い金を9月16日(祝)に、88歳(昭和5年10月1日～昭和6年9月30日生まれ)の人にはギフト券(5,000円分)を9月末までに、慶祝訪問し贈呈します。訪問がない場合はご連絡ください。

問 高齢福祉課(☎621-5176)

証明書自動交付機サービスを終了

市役所1階正面入口に設置し

ている証明書自動交付機は9月30日(月)にサービスを終了します。10月1日(火)からはマイナンバーカードによるコンビニ交付サービスをご利用ください。なお、とくしま市民カードは今後も窓口で印鑑登録証明書を請求する際に必要となりますので大切に保管してください。

問 住民課(☎621-5140)

徳島働き方改革推進支援センターのご活用を

同センターは、中小企業・小規模事業者のさまざまな課題に対応するため、労務管理に関する相談などを受け付けています。また、働き方改革を推進するセミナーの開催や、企業に対する専門家派遣なども行っています。

日 平日9:00～17:00※土曜日に相談を希望する人はお問い合わせください。場 徳島経済産業会館2階(南末広町)

問 同センター(☎0120-967-951)

下水道排水設備工事責任技術者更新講習を実施

日 11月11日(月)、12日(火)各日13:30～場 あわぎんホール 対 登録有効期間が平成32年3月31日までの人

申 9月30日(月)までに、徳島県建設技術センター(☎624-7950)へ

休日に国保料などの納付・相談窓口を開設

国民健康保険料・後期高齢者医療保険料の納付や納付相談ができる臨時窓口を開設。納付書がなくても納付可。当日は市役所東側駐車場(JR線路沿い)が利用可。

日 9月8日(日)・22日(日)各日8:30～12:00場 市役所1階保険年金課

問 同課(☎621-5165・5384)

9月の休日窓口(毎月第2・4日曜日)

住民異動届、住民票の写し・戸籍謄抄本の交付、印鑑登録などができる休日窓口を開設。

日 8日(日)・22日(日)の各日8:30～

12:00場 市役所1階 詳しくは市HPをご覧ください。問 さわか窓相談室(☎621-5039)



募集

市民病院の臨時看護師

市民病院で勤務する臨時看護師を10人程度募集します。雇用期間は6カ月(勤務状況が良好な場合は更新あり)。日給は10,450～13,750円(日給のほかに、時間外勤務手当や夜勤手当などあり)。

申 市民病院総務管理課(☎622-9323)へ

市民会議の委員

環境の保全に関する施策を計画的に推進するための「徳島市環境基本計画」と「徳島市地球温暖化対策推進計画」の策定について、市民の皆さんの意見をいただく市民会議の委員を募集します。



対 市内在住の満18歳以上で、平日の昼間に開催する会議に出席できる人 員 若干名(応募書類による選考)

申 9月2日(月)～13日(金)(消印有効)に〈住所/名前/年齢/職業/電話番号〉と、小論文(800字程度、テーマは市HPをご覧ください)を郵送または直接、市役所10階環境保全課(〒770-8571 幸町2-5 ☎621-5213)へ

古代ロマンへの旅バスツアー

奈良県の纏向(まきむく)遺跡などを巡るバスツアー。

日 10月27日(日)7:00～19:00

対 小学生以上※小学生は保護者同伴。員 40人(先着) 料 8,000円程度

申 9月28日(土)から受け付け。電話または直接、考古資料館(☎637-2526)へ

JICA海外協力隊

JICA(国際協力機構)では、海外協力隊を9月29日(日)まで募集しています。

応募資格など詳しくは同協力隊HPをご覧ください。



問 同協力隊募集事務局(☎03-6734-1242)

催し

観月茶会

茶道裏千家淡交会徳島支部による中秋の名月にあわせた茶会。

日 9月8日(日)15:00～18:00 場 徳島城博物館和室 料 600円※別途入館料が必要。

問 同館(☎656-2525)

シビックセンター前期文化講座修了作品展と発表会

◆修了作品展



▶ 俳句、洋画、墨絵、彩墨画、アメリカンフラワー 日 9月13日(金)～15日(日) ▶ 染め、織物、アメリカンフラワー 日 9月16日(祝)～18日(水)

場 アミコビル3階同センターギャラリーなど

◆発表会

▶ きもの着装 日 9月15日(日)14:00～16:00 ▶ 歌唱 日 9月18日(水)13:30～15:00 ▶ やさしいコーラス 日 9月19日(木)11:00～12:00

場 アミコビル4階同センターさくらホールなど

問 同センター(☎626-0408)

眉の十五夜阿波おどり

「青の会」による三味線と洋楽器のコラボ演奏会と、阿波おどり

徳島市営バスと徳島バスの停留所名を変更・統一

10月1日(火)から、下表のとおりバスの停留所名を変更・統一します。

◆変更前

徳島市営バス	徳島バス
助任橋・徳島大学前(下り)	大学前
徳島公園・文化センター前	
徳島公園・鷺の門前(下り)	公園前
徳島公園・鷺の門前(上り)	
徳島大学前(上り)	大学前
徳島中央郵便局前	徳島中央郵便局前
総合土木庁舎前	
	吉野橋公園前

◆変更後

統一名称
助任橋・徳島大学前
徳島中央公園・徳島市役所東
徳島中央公園・鷺の門前
徳島中央公園・裁判所北
徳島大学前
中央郵便局前・徳島市役所北
東部県土整備局前
吉野本町六丁目
徳島地方検察庁前

問 地域交通課(☎621-5535)、徳島市交通局(☎623-2154)、徳島バス(☎622-1811)

「緑化フェア」ステージイベント出演者を募集

10月20日(日)に両国橋西公園で開催する「緑化フェア」を盛り上げるステージイベントの出演者を募集します。

[出演時間]10:15～13:20、14:10～15:30の希望時間帯(多数の場合抽選)。

申 9月30日(月)(必着)までに、申込用紙(市HPからダウンロード可。市役所5階公園緑地課やとくしま植物園でも配布)に必要事項を書いて、郵送または直接、公園緑地課(〒770-8571 幸町2-5)へ★電子申請可

詳しくは、市HPをご覧ください。

問 同課(☎621-5301)

「花植え会」ボランティアを募集

徳島市内中心部の道路沿いの植樹帯や花壇に花を植えるボランティア



を募集します。※中学生以下は保護者同伴。市役所東側に無料駐車場あり。

日 9月21日(土)8:00～9:30(小雨決行)場 藍場浜公園(集合場所)

申 9月20日(金)までに、電話、ファクスで、〈代表者の名前/電話番号/参加人数〉をまちづくり推進課(☎621-5269 ㊟621-5273)へ★電子申請可

会館専属連による特別演出の踊りを披露。※いずれも観覧無料。
 日 9月14日(土)18:30~19:30
 場 眉山山頂展望広場(悪天候の場合は阿波おどり会館2階ホール)
 問 同会館(☎611-1611)

エンジョイ・イングリッシュ



外国人の先生による英語の絵本の読み聞かせや歌、ゲームなど。
 日 9月15日(日)10:00~10:50
 場 とくぎんトモニプラザ6階和室
 対 小学生以下(幼児は保護者同伴)
 問 徳島市国際交流協会(☎622-6066)

日々を彩るガラスのテーブルウェア展


ガラス製テーブルウェアの展示・販売など。
 日 9月16日(祝)~10月14日(祝)の各日9:00~17:00
 場 ガラススタジオ(勝占町中須)
 問 同スタジオ(☎669-1195)

講座・教室

立体ぬり絵体験

日 9月12日~令和2年2月27日の木曜日各日13:30~14:30(全11回)
 場 不動コミセン(員3人(先着)¥1,000円(1枚))
 申 電話、ファクスで同コミセン(☎631-9649 ☎633-4171)へ

シビックセンター 後期文化講座

俳句や洋画、健康ヨガ、親子リズム、書道、イタリア語—など全部で31講座。
 対 18歳以上の人
 申 9月16日(祝)まで。講座や開催日時、申し込み方法など詳しくは同センターHPをご覧ください。か、


お問い合わせください。
 問 同センター(☎626-0408)

くらしの講座

『栄養成分表示』を活用しようをテーマに徳島保健所職員が講演。
 日 9月20日(金)13:30~14:30
 場 アミコビル4階シビックセンター第4活動室(対徳島市・石井町・神山町・佐那河内村在住の人)
 員 40人(先着)
 申 消費生活センター(☎625-2326)へ

NPOスキルアップ講座

NPO法人の会計事務に必要な知識などを初心者向けに解説。
 日 9月21日(土)13:00~15:00
 場 市民活力開発センター(幸町3)
 員 5団体10人(先着)
 申 同センター(☎611-3886)へ

市民公開講座「今、話題のがん」

「前立腺がん」「舌がん」「白血病」をテーマに市民病院の医師が講演。
 日 9月28日(土)9:30~11:30
 場 ふれあい健康館1階ホール(員200人(先着))
 申 はがきに「がん市民公開講座申し込み」と明記し(住所/名前/電話番号)を書いて、ふれあい健康館(〒770-8053 沖浜東2-16 ☎657-0190)へ。電話や直接での申し込みも可★電子申請可

認知症講演会

「認知症にやさしい図書館」をテーマに、京都市醍醐中央図書館の井上典子さんが講演。
 日 9月30日(月)14:00~15:30
 場 ふれあい健康館第1会議室(員40人(先着))
 申 はがきに「認知症講演会申し込み」と明記し(住所/名前/電話番号)を書いて、ふれあい健康館(〒770-8053 沖浜東2-16 ☎657-0190)へ。電話や直接での申し込みも可★電子申請可

とくしま植物園各教室

◆ドライフラワーアレンジメント教室

木の実の壁掛けを作る。
 日 10月4日(金)10:00~12:00
 員 15人(抽選)¥2,000円

◆雑草いけばな教室



ハロウィーンの花を生ける。
 日 10月6日(日)10:00~12:00
 員 20人(抽選)¥800円

◇ ◇ ◇ ◇ ◇
 対 市内在住・在勤・在学の人
 申 9月10日(火)(消印有効)までに、はがきに(教室名/住所/名前/電話番号(市外の方は勤務先名か学校名も))を書いて、とくしま植物園緑の相談所(〒771-4267 渋野町入道45-1 ☎636-3131)へ★電子申請可

チャイナペイント(磁器絵付け)交流講座

日 10月~令和2年3月の毎週金曜日各日10:00~12:00
 場 加茂名中央会館(庄町5) 員 5人(先着)
 申 同会館(☎631-3734)へ

女性活躍推進支援セミナー

ビジネスマナーの基礎や社会人に求められる力、起業、SNSを使った集客などを学ぶ(全13回)。
 日 10月17日(休)~11月13日(水) 場 徳島県労働福祉会館4階(昭和町3)
 対 就職・再就職、スキルアップを考えている女性など(員15人程度(先着))
 申 所定の申込書(市HPからダウンロード可。市役所3階経済政策課などでも配布)に必要事項を書いて、ファクスで徳島県勤労者福祉ネットワーク(☎611-3323)へ詳しくは市HPをご覧ください。
 問 同ネットワーク(☎655-2940)

健康

脳ドックの受診費用を一部助成

[受診期間]11月1日~令和2年3月31日
 対 申請時に徳島市国民健康保険に1年以上加入し、保険料を完納している世帯の30歳以上75歳未満の人(平成30年度の受診者を除く) 員 300人(抽選) ¥6,500円(自己負担金)
 申 保険証を持って、直接、9月9日(月)~30日(月)に市役所1階保険年金課7番窓口(☎621-5159)へ

こころの健康相談とパネル展を開催

臨床心理士によるこころの健康相談(1人30分)や自殺予防啓発に関するパネル展。
 日 9月10日(火)~14日(土)各日10:00~12:00、13:00~15:00
 場 ふれあい健康館
 申 直接、同館1階受付へ
 問 保健福祉政策課(☎621-5562)

キッズふれあい健口まつりを開催

「骨の強い子どもを育てるために!」と題した徳島文理大学短期大学部教授の石井信子さんによる講演やフッ素塗布など。
 日 9月29日(日)10:00~11:30
 場 ふれあい健康館1階きっかけ空間(対小学生以下の子どもも(員50人(先着))
 申 はがきに「健口まつり申し込み」と明記し(住所/名前/年齢/電話番号)を書いて、ふれあい健康館(〒770-8053 沖浜東2-16 ☎657-0190)へ。電話や直接での申し込みも可★電子申請可
 問 同館(☎657-0190)



とくしま創業塾を開催

起業を目指す人などを対象に「創業資金の制度説明」や「商品の魅力を伝える方法」などを学ぶ基礎講座や、「リスク軽減の方法」や「収支計画と資金計画」などを学ぶ応用講座を開催します。
 日 基礎講座(全6回)=10月1日(火)~29日(火) 応用講座(全10回)=10月31日(木)~12月26日(木)
 ※時間は各日18:30~21:00。別に補習授業や個別相談会あり(場徳島経済産業会館3階会議室(南末広町)ほか(員各30人(先着)¥無料)
 申 参加申込書(市HPからダウンロード可。市役所3階経済政策課などでも配布)に必要事項を書いて、郵送、ファクスで徳島商工会議所経営支援部(〒770-8530 南末広町5-8 ☎623-8504 ☎653-3211)へ
 問 同課(☎621-5225)

胃がん・肺がん検診は早めの受診を

がんの予防や早期発見のため、胃がん(バリウム検査)と肺がんの集団検診(検診車)を実施しています(右表参照)。
 また、胃がん・肺がんの早朝(平日7:30から)施設検診を徳島県総合健診センターで実施しています。検診の所要時間は30分程度です。
 いずれも徳島県総合健診センターへ予約し、早めに受診してください。平日の検診予約は、検診日の1カ月前から。自己負担金など詳しくは市HPをご覧ください。か、お問い合わせください。
 申 徳島県総合健診センター(☎678-3557、7128)
 問 保健センター(☎656-0530)

◆集団検診日程

実施日	実施場所
9/4(水)	ふれあい健康館
9/10(火)※	ふれあい健康館
9/13(金)	しらさぎ台センター
9/14(土)	徳島県総合健診センター
9/17(火)	ふれあい健康館
9/20(金)	不動総合センター
9/27(金)	勝占中部コミセン
10/1(火)	ふれあい健康館
10/3(木)	考古資料館
10/6(日)	徳島県総合健診センター
10/8(火)	住吉・城東コミセン
10/11(金)	丈六コミセン
10/14(祝)	徳島県総合健診センター
10/16(水)	南井上コミセン
10/25(金)	ふれあい健康館
10/30(水)	ふれあい健康館

※9/10は肺がん、乳がん検診

HP…ホームページ ㊚…メールアドレス ★電子申請可…市ホームページ「電子申請」から申し込み可

徳島市役所(本庁舎)への郵便物は、住所がなくても「〒770-8571 徳島市役所〇〇課」で届きます。電話番号案内および夜間・休日にご用のある人は代表番号☎621-5111へ。

市民病院職員（事務職）を募集 します ～令和2年4月採用～

【採用予定人員】1人程度

【受験資格】昭和58年4月2日から平成10年

4月1日までに生まれた人

【第一次試験日】10月27日(日)

【試験会場】徳島市民病院

【試験要綱・申込書】同病院ホームページからダウンロード可。同病院1階総合相談窓口・3階総務管理課、市役所1階案内でも配付。

【申し込み方法】9月2日(月)～20日(金) (消印有効) に、所定の申込書で郵送または直接、市民病院総務管理課 (〒770-0812 北常三島町2-34) へ。詳しくは同病院ホームページをご覧ください。

【問い合わせ先】同病院総務管理課 (☎622-9323)



既築住宅の太陽光発電システム設置費を補助します

【補助対象】次の条件を全て満たす市内在住または在住予定の人

▶自らが居住する既築住宅に、新たに住宅用太陽光発電システムを設置する (申請前に設置工事に着手した場合は対象となりません)

▶電力会社と電灯契約を締結し、発電した電力の大半を住宅の居住用部分で使用する ▶市税を滞納していない ▶設置後、市が依頼する環境家計簿やアンケート調査に協力できる—など

【補助金額】1件につき5万円 【募集期間】令和2年2月28日(金)まで ※募集締め切り前でも、予算額に達した場合は受け付けを終了します。

【申し込み方法】所定の申請書 (市ホームページからダウンロード可) に必要書類を添えて直接、市役所10階環境保全課へ。郵送不可。

詳しくは、市ホームページをご覧ください。お問い合わせください。

【問い合わせ先】環境保全課 (☎621-5213)



徳島市民スポ・レクフェスティバルを開催します

明るく健康な市民生活を実現するため、徳島市民スポ・レクフェスティバルを開催します。9月28日(土)～12月8日(日)に、全20種目を実施します。種目や日時、申し込み方法など詳しくは市ホームページをご覧ください。

また、初めての人も楽しめる体験コーナーを下表のとおり開催します。お気軽にご参加ください (申し込み不要)。

■体験コーナー

種目	実施日時	開催場所
バウンドテニス	9月29日(日)9:00～	JAバンク蔵本公園 体育ホール
ローラースポーツ※	10月5日(土)12:00～	徳島市立スポーツセンター
バタック	10月13日(日)8:30～	徳島市民吉野川運動広場 サッカー場Ⅲ
グラウンド・ゴルフ	10月13日(日)9:00～	徳島市民吉野川運動広場 多目的広場B
ゲートボール	10月13日(日)9:00～	小松海岸緑地 多目的広場
ライフル射撃	10月13日(日)9:30～	徳島市ライフル射撃場
フォークダンス	10月13日(日)10:00～	とくぎんトモニアリーナ 第二競技場
民踊	10月13日(日)13:00～	とくぎんトモニアリーナ 第二競技場

※ローラースポーツのみ用具の準備が必要なため、事前申し込みが必要。

【問い合わせ先】徳島市民スポ・レクフェスティバル実行委員会事務局 (☎621-5427)

阿波牛ファミリーバーベキューのチケットを販売します

阿波牛の普及促進のため、阿波牛ファミリーバーベキューを開催します。参加はチケット制で前売りのみです。※枚数に限りあり。

【とき】10月14日(祝)11:00～14:00 (受け付けは10:30～12:30)

【ところ】吉野川河川敷広場 (吉野川橋南詰西側)

【チケット】1万円 (セット内容:牛肉1.2kg・野菜・たれ・皿と箸6人分) ※バーベキューグリル・炭・焼き網・机・椅子は会場に用意。

【販売場所】▶小山助学館本店 (万代町6)

▶平惣徳島店 (沖浜3)

▶市内の阿波牛取扱店 (徳島県阿波牛販売推進協議会加盟店)

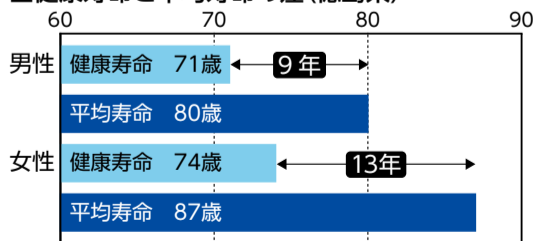
【問い合わせ先】徳島県食肉事業協同組合連合会 (☎654-1012)、農林水産課 (☎621-5252、5248)



9月は健康増進普及月間 ～健康寿命を延ばしましょう～

徳島県民の健康寿命 (健康で自立した生活ができる年齢) と平均寿命の差は、男性が約9年、女性が約13年です。この差は入院や介護など日常生活に制限のある期間です。健康寿命を延ばすためには、運動や食事、禁煙など生活習慣の見直しが大切です。できることから健康づくりを始めてみませんか。

■健康寿命と平均寿命の差 (徳島県)



出典 健康寿命=国民生活基礎調査(厚生労働省) 平均寿命=徳島県保健衛生統計年報

毎日の生活に運動を取り入れよう

運動習慣を持つことは、生活習慣病や生活機能の低下のリスクを減らす効果が高まるだけでなく、体力の維持・向上や認知症の予防

に有効です。自分に合った運動を取り入れましょう。



健康的な食習慣を心がけよう

血糖値が高くなりすぎると動脈硬化が進み、将来的に脳梗塞や心筋梗塞になる危険を高めます。食事を規則正しく取り、よくかんでゆっくり食べることで、血糖値が上がりにくくなります。また、成人が1日に目標とする野菜の摂取量は350g以上ですが、徳島県民の摂取量は不足しています。毎日プラス100gの野菜摂取を目標に家庭で手軽に作れる「いつもの野菜de楽笑レシピ」(右



写真) を市ホームページで紹介していますので、毎日の食事の参考にしてください。



たばこをやめよう

喫煙はがんだけでなく、脳卒中や心筋梗塞、COPD (慢性閉塞性肺疾患) など、さまざまな病気の危険因子です。また、メタボリックシンドロームになりやすいとも言われています。



お口の健康にも気をつけよう

歯周病は肺炎や心臓病などを引き起こす可能性があります。毎日丁寧な歯磨きと、定期的な歯科健診で、歯周病を予防しましょう。



保健センターでは、運動教室や健康教室、健康相談などを実施しています。お気軽にご利用ください。

【問い合わせ先】保健センター (☎656-0534)