

## 「シリーズ健康増進計画」- 9

計画のキャッチフレーズ

「がんばるあなたに健康長生き」

### 『介護予防』

～ 健康寿命の延伸 ～



6月には各種健診が始まります。健診を受け「早期に病気を発見し、治療に結び付けたり生活習慣を変えたりすることは、私たちのすこやかな高齢期を約束してくれます。」

「自分ですら思ったことを行動に移すことができる。自分らしい人生を送ること。」

そのためには、成人期からの健康管理が大切になってきます。

やがて訪れる高齢期に向けて、「自分の健康を見つめなおして下さい。」

「自分で思ったことを行動に移すことができる。自分らしい人生を送ること。」

そのためには、成人期からの健康管理が大切になってきます。

やがて訪れる高齢期に向けて、「自分の健康を見つめなおして下さい。」

「自分で思ったことを行動に移すことができる。自分らしい人生を送ること。」

そのためには、成人期からの健康管理が大切になってきます。

やがて訪れる高齢期に向けて、「自分の健康を見つめなおして下さい。」

「自分で思ったことを行動に移すことができる。自分らしい人生を送ること。」

そのためには、成人期からの健康管理が大切になってきます。

やがて訪れる高齢期に向けて、「自分の健康を見つめなおして下さい。」

「自分で思ったことを行動に移すことができる。自分らしい人生を送ること。」

そのためには、成人期からの健康管理が大切になってきます。

やがて訪れる高齢期に向けて、「自分の健康を見つめなおして下さい。」

「自分で思ったことを行動に移すことができる。自分らしい人生を送ること。」

そのためには、成人期からの健康管理が大切になってきます。

やがて訪れる高齢期に向けて、「自分の健康を見つめなおして下さい。」

「自分で思ったことを行動に移すことができる。自分らしい人生を送ること。」

そのためには、成人期からの健康管理が大切になってきます。

やがて訪れる高齢期に向けて、「自分の健康を見つめなおして下さい。」

「自分で思ったことを行動に移すことができる。自分らしい人生を送ること。」

そのためには、成人期からの健康管理が大切になってきます。

やがて訪れる高齢期に向けて、「自分の健康を見つめなおして下さい。」

「自分で思ったことを行動に移すことができる。自分らしい人生を送ること。」

そのためには、成人期からの健康管理が大切になってきます。

やがて訪れる高齢期に向けて、「自分の健康を見つめなおして下さい。」

「自分で思ったことを行動に移すことができる。自分らしい人生を送ること。」

そのためには、成人期からの健康管理が大切になってきます。

やがて訪れる高齢期に向けて、「自分の健康を見つめなおして下さい。」

「自分で思ったことを行動に移すことができる。自分らしい人生を送ること。」

そのためには、成人期からの健康管理が大切になってきます。

やがて訪れる高齢期に向けて、「自分の健康を見つめなおして下さい。」

「自分で思ったことを行動に移すことができる。自分らしい人生を送ること。」

そのためには、成人期からの健康管理が大切になってきます。

やがて訪れる高齢期に向けて、「自分の健康を見つめなおして下さい。」

「自分で思ったことを行動に移すことができる。自分らしい人生を送ること。」

そのためには、成人期からの健康管理が大切になってきます。

やがて訪れる高齢期に向けて、「自分の健康を見つめなおして下さい。」

「自分で思ったことを行動に移すことができる。自分らしい人生を送ること。」

そのためには、成人期からの健康管理が大切になってきます。

やがて訪れる高齢期に向けて、「自分の健康を見つめなおして下さい。」

「自分で思ったことを行動に移すことができる。自分らしい人生を送ること。」

そのためには、成人期からの健康管理が大切になってきます。

やがて訪れる高齢期に向けて、「自分の健康を見つめなおして下さい。」

「自分で思ったことを行動に移すことができる。自分らしい人生を送ること。」

そのためには、成人期からの健康管理が大切になってきます。

やがて訪れる高齢期に向けて、「自分の健康を見つめなおして下さい。」

「自分で思ったことを行動に移すことができる。自分らしい人生を送ること。」

そのためには、成人期からの健康管理が大切になってきます。

やがて訪れる高齢期に向けて、「自分の健康を見つめなおして下さい。」

「自分で思ったことを行動に移すことができる。自分らしい人生を送ること。」

そのためには、成人期からの健康管理が大切になってきます。

やがて訪れる高齢期に向けて、「自分の健康を見つめなおして下さい。」

「自分で思ったことを行動に移すことができる。自分らしい人生を送ること。」

そのためには、成人期からの健康管理が大切になってきます。



▲みんなと一緒に楽しみながら行う「運動教室」

また、高齢者は、現在の健康を維持しながら、自分らしい人生を乐しましう。

閉じこもらず、地域や友人の皆さんと交流を図ることは、心を健康に保つばかりではなく、体の機能維持にもつながります。

また、高齢者は、現在の健康を維持しながら、自分らしい人生を乐しましう。

閉じこもらず、地域や友人の皆さんと交流を図ることは、心を健康に保つばかりではなく、体の機能維持にもつながります。

また、高齢者は、現在の健康を維持しながら、自分らしい人生を乐しましう。

閉じこもらず、地域や友人の皆さんと交流を図ることは、心を健康に保つばかりではなく、体の機能維持にもつながります。

また、高齢者は、現在の健康を維持しながら、自分らしい人生を乐しましう。

閉じこもらず、地域や友人の皆さんと交流を図ることは、心を健康に保つばかりではなく、体の機能維持にもつながります。

また、高齢者は、現在の健康を維持しながら、自分らしい人生を乐しましう。

閉じこもらず、地域や友人の皆さんと交流を図ることは、心を健康に保つばかりではなく、体の機能維持にもつながります。

また、高齢者は、現在の健康を維持しながら、自分らしい人生を乐しましう。

閉じこもらず、地域や友人の皆さんと交流を図ることは、心を健康に保つばかりではなく、体の機能維持にもつながります。

また、高齢者は、現在の健康を維持しながら、自分らしい人生を乐しましう。

閉じこもらず、地域や友人の皆さんと交流を図ることは、心を健康に保つばかりではなく、体の機能維持にもつながります。

また、高齢者は、現在の健康を維持しながら、自分らしい人生を乐しましう。

閉じこもらず、地域や友人の皆さんと交流を図ることは、心を健康に保つばかりではなく、体の機能維持にもつながります。

また、高齢者は、現在の健康を維持しながら、自分らしい人生を乐しましう。

閉じこもらず、地域や友人の皆さんと交流を図ることは、心を健康に保つばかりではなく、体の機能維持にもつながります。

また、高齢者は、現在の健康を維持しながら、自分らしい人生を乐しましう。

閉じこもらず、地域や友人の皆さんと交流を図ることは、心を健康に保つばかりではなく、体の機能維持にもつながります。

また、高齢者は、現在の健康を維持しながら、自分らしい人生を乐しましう。

閉じこもらず、地域や友人の皆さんと交流を図ることは、心を健康に保つばかりではなく、体の機能維持にもつながります。

また、高齢者は、現在の健康を維持しながら、自分らしい人生を乐しましう。

閉じこもらず、地域や友人の皆さんと交流を図ることは、心を健康に保つばかりではなく、体の機能維持にもつながります。

また、高齢者は、現在の健康を維持しながら、自分らしい人生を乐しましう。

閉じこもらず、地域や友人の皆さんと交流を図ることは、心を健康に保つばかりではなく、体の機能維持にもつながります。

また、高齢者は、現在の健康を維持しながら、自分らしい人生を乐しましう。

閉じこもらず、地域や友人の皆さんと交流を図ることは、心を健康に保つばかりではなく、体の機能維持にもつながります。

また、高齢者は、現在の健康を維持しながら、自分らしい人生を乐しましう。

閉じこもらず、地域や友人の皆さんと交流を図ることは、心を健康に保つばかりではなく、体の機能維持にもつながります。

また、高齢者は、現在の健康を維持しながら、自分らしい人生を乐しましう。

閉じこもらず、地域や友人の皆さんと交流を図ることは、心を健康に保つばかりではなく、体の機能維持にもつながります。

また、高齢者は、現在の健康を維持しながら、自分らしい人生を乐しましう。

閉じこもらず、地域や友人の皆さんと交流を図ることは、心を健康に保つばかりではなく、体の機能維持にもつながります。

また、高齢者は、現在の健康を維持しながら、自分らしい人生を乐しましう。

閉じこもらず、地域や友人の皆さんと交流を図ることは、心を健康に保つばかりではなく、体の機能維持にもつながります。

また、高齢者は、現在の健康を維持しながら、自分らしい人生を乐しましう。

閉じこもらず、地域や友人の皆さんと交流を図ることは、心を健康に保つばかりではなく、体の機能維持にもつながります。

また、高齢者は、現在の健康を維持しながら、自分らしい人生を乐しましう。

閉じこもらず、地域や友人の皆さんと交流を図ることは、心を健康に保つばかりではなく、体の機能維持にもつながります。

また、高齢者は、現在の健康を維持しながら、自分らしい人生を乐しましう。

閉じこもらず、地域や友人の皆さんと交流を図ることは、心を健康に保つばかりではなく、体の機能維持にもつながります。

また、高齢者は、現在の健康を維持しながら、自分らしい人生を乐しましう。

閉じこもらず、地域や友人の皆さんと交流を図ることは、心を健康に保つばかりではなく、体の機能維持にもつながります。

また、高齢者は、現在の健康を維持しながら、自分らしい人生を乐しましう。

閉じこもらず、地域や友人の皆さんと交流を図ることは、心を健康に保つばかりではなく、体の機能維持にもつながります。

また、高齢者は、現在の健康を維持しながら、自分らしい人生を乐しましう。

閉じこもらず、地域や友人の皆さんと交流を図ることは、心を健康に保つばかりではなく、体の機能維持にもつながります。

また、高齢者は、現在の健康を維持しながら、自分らしい人生を乐しましう。

閉じこもらず、地域や友人の皆さんと交流を図ることは、心を健康に保つばかりではなく、体の機能維持にもつながります。

## ピカピカの歯33人に金メダル

3/7

むし歯ゼロの子表彰式  
・みんなの広場

平成21年度の3歳5か月児健康診査時にむし歯がなかった子どもたちを表彰する「むし歯0（ゼロ）の子表彰式」がいちばん館で行われ、33人が受賞しました。表彰式では、受賞者一人ひとりの名前が呼ばれ、菅野村長から表彰状と記念のメダルが贈られました。金メダルをかけた子どもたちは、みんな嬉しそうに誇らしげな表情を見せていました。

表彰式終了後には、「絵本で子育て交流事業 みんなの広場」が開催され、「原町絵本と童話の会」菅野清二会長による絵本の読み聞かせが行なわれました。菅野会長から、「絵本の読み聞かせは子どものころを育てる」と絵本のすばらしさについて話がありました。

その後、人形が登場したり、体を使ったりと、菅野さんの楽しい読み聞かせに、子どもたちは目を輝かせていました。

### めざせ！むし歯0!! (乳児・幼児期の行動目標)

- 1日3回の歯みがき習慣をつくりましょう。
- 歯に良い食べ物を選び、食べましょう。
- フッ素塗布をし、むし歯に負けない歯をつくりましょう。



☆現在むし歯のある乳幼児も、永久歯に生え変わった時に、またむし歯ゼロのチャンスがあります。



▲読み聞かせに聞き入る子どもたち

平成21年度 むし歯0の子表彰者 (生年月日順・敬称略)

| 行政区    | 児童     | 保護者 | 行政区   | 児童     | 保護者 | 行政区 | 児童     | 保護者 |
|--------|--------|-----|-------|--------|-----|-----|--------|-----|
| 小宮     | 横山 大樹  | 孝幸  | 上飯通   | 星 成海   | 弘幸  | 佐須  | 阿部 亜衣  | 公治  |
| 前田     | 佐藤 彩葉  | 修治  | 上飯通   | 佐藤 優姫  | 好明  | 佐須  | 大内 菜々美 | 勝   |
| 関沢     | 高野 葉介  | 博文  | 臼石    | 白戸 煌   | 勇   | 深谷  | 原田 湊   | 広和  |
| 飯通町    | 八巻 和真  | 伸一  | 長泥    | 崎原 悠生  | 秀明  | 二枚橋 | 大矢 陽翔  | 真也  |
| 上飯通    | 佐藤 愛莉  | 政見  | 宮内    | 菅野 すみれ | 昌彦  | 二枚橋 | 佐藤 瑛汰  | 裕也  |
| 草野     | 高橋 隆聖  | 敦   | 前田    | 佐藤 星河  | 勝之  | 関沢  | 樋口 果   | 一恵  |
| 臼石     | 鈴木 李奈  | 仁   | 前田    | 佐藤 大河  | 勝之  | 草野  | 石井 望海  | 真治  |
| 二枚橋    | 本多 悠希也 | 敏活  | 八木・前田 | 横山 恵太  | 秀人  | 草野  | 北山 璃紗  | 幸男  |
| 臼石     | 佐藤 大斗  | 勇   | 飯通町   | 佐藤 暖華  | 豊洋  | 飯通町 | 花井 友愛  | 智弘  |
| 大久保・外内 | 松林 昂汰  | 昌良  | 草野    | 青田 楓花  | 大希  | 前田  | 佐藤 亜紀  | 修治  |
| 関沢     | 渡部 前心  | 文恵  | 須賀    | 高橋 航平  | 英樹  | 臼石  | 細川 凛   | 友恵  |