

令和8年度

希望者はフッ化物歯面塗布ができます（要申し込み）

# 家族で行こう！ 歯の健康展



歯科医師による歯科健診・相談

お口の健康チェック



歯科衛生士による歯みがき指導

子ども達の作品展示

日時

6月21日（日）  
9:00～15:30

場所

柏崎市健康管理センター・元気館

申込期間

二次元コード 6/6(土)～6/15(月)  
電話 6/11(木)～6/18(木)

健診のお申し込みは  
こちらから





柏崎市・柏崎市教育委員会  
柏崎市歯科医師会主催



体験して楽しめる

# 歯やお口の健康づくり

## 歯科医師による無料歯科健診・相談

最近いつ歯科健診を受けましたか？  
むし歯や歯周病、歯並びや入れ歯のことなど、  
気になることを相談できます。（要申込）

申込方法 市HP 6/6(土)～6/15(月)（17：00まで）  
電話 0257-20-4213（健康増進係）  
6/11(木)～6/18(木)  
9：00～17：00 土・日曜を除く

## 歯科衛生士による歯みがき体験

きれいにみがけているかな？プロのアドバイスで  
歯みがき名人に！口腔ケアグッズもプレゼント。

内容 染め出しをしてみがき残しを確認。  
むし歯や歯ぐきトラブルを防ぐための、かんたん  
ケアのヒントをご紹介します。  
※フッ化物歯面塗布をご希望の方は、歯科健診前  
にこちらで歯みがきを済ませてください。

## 歯科健診受診者限定！フッ化物歯面塗布

ご家族揃って歯科健診を受診してください。  
フッ化物歯面塗布だけの申し込みはできません。

対象 **1歳から就学前までのお子さん**  
・過去3か月以内に塗布した方は対象外です。  
・塗布後3か月間は市の乳幼児健診(1歳6か月児  
歯科健診・3歳児健診)で塗布ができません。  
注意事項 ・塗布後30分は飲食やうがいできません。  
※詳細は市HPをご確認ください。

## いい歯のためのお口の体験コーナー

体験を通じて、自分や家族のお口の状態を知ろう！

- ・ゴム風船トレーニング
- ・ガムを使って噛む力を測定
- ・お口の中のむし歯菌をチェック
- ・口腔内カメラでお口の中をのぞいてみよう
- ・料理カードで栄養バランスチェック  
（(公社)新潟県栄養士会柏崎支部）

## お子さんと一緒に楽しもう！

お子さんと一緒に楽しみながら、お口の健康づくり  
をしましょう。

- ・保育園、幼稚園の年長児の絵画展示
- ・小学生、中学生の図画ポスター、標語の展示
- ・親子で朝ごはんを描いてみよう
- ・ぬり絵で缶バッジを作ろう
- ・ストーリーゲームでお口の筋力アップ

## 身体の健康づくり体験コーナー

身体の健康づくりに関係する体験コーナーもあります。

- ・ベジチェック（明治安田生命保険相互会社柏崎営業所）
- ・一日分の食事を知ろう（柏崎市食生活改善推進員協議会）
- ・INBODYでからだの中身を簡単チェック（かしわざき振興財団）
- ・柔道整復師による無料相談、テーピング体験とストレッチ指導  
（(公社)新潟県柔道整復師会柏崎地区）
- ・血管年齢測定、血圧測定（協会けんぽ新潟支部）
- ・こころの相談、リラクゼーション体験（関病院・柏崎地域振興局）

## 後援

新潟県歯科衛生士会柏崎ブロック・柏崎市食生活改善推進員協議会

## 問合せ先

柏崎市福祉保健部健康推進課健康増進係（元気館）

☎ 0257-20-4213 🖨 0257-22-1077

