

健康

「ひきこもり」について
相談しませんか

▶内容…社会福祉士や精神保健福祉士などの専門相談員が対応し、ご本人とご家族に寄り添い、支援します。

※電話の他、市ホームページからも相談の申し込みができます。

申し込みは
こちらから▶



▶対象…市内にお住まいの、おおむね 15 ～ 60 歳のひきこもり当事者とその家族
 ※中学校・高等学校に学籍のある方は除く。

☎ひきこもり支援センター

アマテラス
TEL 41-6005
FAX 22-1077



講座・教室



愛犬のしつけ方教室

▶内容…犬の飼育に関する法律やマナー、犬の習性や正しいしつけ方を学ぶことができます。

▶講師…中村奈都子さん（ドッグスクール MARO）

▶とき（全 5 回）…6 月 22 日（日）・29 日（日）、7 月 6 日（日）・13 日（日）・20 日（日）9：30 ～ 11：30

▶ところ…ワークプラザ柏崎

▶対象…飼い主と飼い犬

※全課程参加できる方。

※犬は、狂犬病などのワクチンを接種済みで、発情期でないこと。

▶定員…12 組程度（先着）

▶参加料…1 組 5 千円

▶申し込み…6 月 12 日（休）までに、電話で柏崎保健所へ。

☎柏崎保健所

TEL 22-4180 FAX 22-4190
 （9：00 ～ 17：00 受け付け）

多文化理解講座
「タイを知りタイ」

▶内容…タイ料理を作って食べます。また、タイ王国の文化や風習を学びます。

▶講師…バーンチューンさん

▶とき…7 月 6 日（日）10：30 ～ 13：30

▶ところ…市民プラザ

▶対象…中学生以上（中学生は保護者を通して申し込みください）

▶定員…18 人（先着）

▶参加料…会員 千円、非会員 3 千円

※非会員の方は、初回到会費（来年 3 月まで有効）1 口千円以上を支払うと入会できます。

▶申し込み…6 月 26 日（休）までに、二次元コードから、または直接・Eメール・ファクス（住所・氏名・電話番号を記入）で、柏崎地域国際化協会（〒 945-0051 東本町 1-3-24 市民プラザ 2 階）へ。

☎（公財）柏崎地域国際化協会

TEL・FAX 32-1477
 ✉kaia2006@kisnet.or.jp



歯の用心



柏崎市歯科医師会

歯周病検診（口腔健診）について

☎健康推進課 TEL20-4213 FAX22-1077

柏崎市歯科医師会は、市と共に 20 歳以上の市民の皆さま全員を対象とした歯周病検診（口腔健診）を行っています。集団検診と、かかりつけの歯科医院などで受診する個別検診があります。利用された方も多いと思いますが、受診者数はまだまだ少ない状況です。

8020 をご存じですか？ 80 歳で 20 本自分の歯を残すことを日本歯科医師会が提唱し、30 年以上が経過しました。現在、80 歳でも 20 本以上自分

の歯がある方はかなりいます。目標は自分の歯を 1 本も失わないことです。定期健診はとても大切です。

歯周病検診の検査項目は、むし歯があるか、歯周病が進行していないか、歯石が付いていないか、顎の状態が正常か、舌などの軟組織に何か異常がないかなどです。検診結果をお伝えし、治療が必要な方は治療へ移行します。自分のお口の状態に常に関心を持っている方の中には、歯科医院で 3 カ月、6 カ月と、

自主的に定期健診を受けている方もいます。そこまではできないとしても、年に 1 回は専門家に自身の口の中の様子を伝えてもらうことは大切です。

なんとなく面倒に思ったり、あまり自信のない口の中を他人に見られたりするのは気が進まない方もいるかもしれませんが、まさに転ばぬ先の杖です。

大切な歯を 1 本でも多くいつまでも健康なまま使えるように、定期健診をぜひ受診してください。