



富長いなほの会・堀内ハマグリ貝 薬師の森散策 (松橋地内)

みなづき 水無月 6月

2026 June

7月

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

日	月	火	水	木	金	土
31	1 先勝 ●定期健康相談・母子手帳交付 体重 血圧 /	2 友引 体重 血圧 /	3 先負 体重 血圧 /	4 仏滅 体重 血圧 /	5 大安 ●離乳食教室(乳児相談) 【令和7年10月・11月・12月、 令和8年1月生】 体重 血圧 /	6 赤口 芒種 体重 血圧 /
7 先勝 体重 血圧 /	8 友引 ●呼吸器検診 (福祉避難所・西堀公民館) 体重 血圧 /	9 先負 ●ベビーマッサージ講座 体重 血圧 /	10 仏滅 ●舟形町・大蔵村小学校陸上競技大会 (新庄市陸上競技場) 体重 血圧 /	11 大安 ●絵本と遊ぼう赤ちゃん広場 【令和7年10月・11月・12月、 令和8年1月生】 体重 血圧 /	12 赤口 ●人間ドック 体重 血圧 /	13 先勝 ●地区中体連総体前期大会(～14日) 体重 血圧 /

14 友引 体重 血圧 /	15 大安 ●定期健康相談・母子手帳交付 体重 血圧 /	16 赤口 体重 血圧 /	17 先勝 体重 血圧 /	18 友引 体重 血圧 /	19 先負 ●保小中メディアコントロール週間② (～25日) 体重 血圧 /	20 仏滅 ●地区中体連総体後期大会(～21日) 体重 血圧 /
21 大安 夏至 体重 血圧 /	22 赤口 ●子宮・乳がん検診 体重 血圧 /	23 先勝 ●呼吸器検診 (生涯学習センター・ 高齢者コミュニティセンター) 体重 血圧 /	24 友引 ●育児プレスタート講座 体重 血圧 /	25 先負 ●歯科検診・フッ素塗布 体重 血圧 /	26 仏滅 体重 血圧 /	27 大安 体重 血圧 /
28 赤口 ●河川一斉清掃 ●献血(アユパーク) 体重 血圧 /	29 先勝 ●人間ドック 体重 血圧 /	30 友引 体重 血圧 /	1 体重 血圧 /	2 体重 血圧 /	3 体重 血圧 /	4 体重 血圧 /

フレイル予防に努めましょう！ (お口の健康編)

オーラルフレイルは、口の機能の健全な状態 (いわゆる『健口』) と『口の機能低下』との間にある状態です。オーラルフレイルであると、将来のフレイル、要介護認定、死亡のリスクが高いことがわかっています。

★オーラルフレイル概念図 (一般市民向け)



歯周病検診を受けましょう！

20歳・30歳・40歳・50歳・60歳・70歳の節目年齢の方に無料で受けられる受診券を送付しますのでぜひ受診しましょう。

ポイント1 口の中を清潔に保ちましょう

口の中の衛生状態が保たれていないと、虫歯や歯周病のリスクが発生し、進行すると大切な歯を失うことになってしまいます。そのため「食べる」「話す」といったことが難しくなります。虫歯や歯周病を予防するには、歯ブラシだけでなく、デンタルフロス、歯間ブラシなどを有効に使用してみましょう。また、かかりつけの歯科医院をつくり、歯石除去などの定期的なメンテナンスを受けると良いでしょう。

ポイント2 口腔機能を維持・改善しましょう

口腔機能とは、「噛む」「のみ込む」などの食べる機能だけでなく、「発声する」「笑う」といったコミュニケーションを担う機能も含まれています。これらの機能を保つためには唇や舌、喉や口周辺の多くの筋肉の動きを衰えさせないようにする必要があります。口のトレーニングなどを行なって、口腔機能が衰えないように維持しましょう。

今月の納期

- ◆軽自動車税
- ◆固定資産税第1期
……………6月1日(月)
- ◆町県民税第1期
……………6月30日(火)

若あゆ温泉休館日

6月10日(水)

若あゆ温泉お客様感謝デー

6月3日(水)・17日(水)

若あゆ温泉ふながた町民感謝デー

6月24日(水)