



歯と口の健康週間



毎年6月4日～6月10日は厚生労働省が定める歯と口の健康週間です。

お口のことは、つつい後回しにしがちですが、この機会に家族みなでお口の健康について考えてみませんか？

お口の健康は全身の健康につながるかわかっています。いつまでも健康でいられるように今からできるお口の「健口週間」を実行してみましょう！

歯と口の役割って？



食べる（食べ物を噛み砕く）

よく噛めるとおいしく食べることができ、栄養の吸収が良くなる！

話す

歯が揃っていると明瞭な発音ができる！



表情を作る

よく噛むことと楽しく話すことは口周りの筋トレになり、若々しい表情になる！

体のバランスを保つ

歯が抜けずに揃っていると噛むバランスも良く体のバランスも保たれる！



口の健口習慣いくつ実行していますか？

① 1日1回は丁寧に歯を磨いている	はい	いいえ
② 歯と歯ぐきの境目を磨くようにしている	はい	いいえ
③ デンタルフロスや歯間ブラシを使う	はい	いいえ
④ 甘い飲み物や食べ物を控えるようにしている	はい	いいえ
⑤ 口の中を鏡でよく見るようにしている	はい	いいえ
⑥ よく噛んで食べるようにしている	はい	いいえ
⑦ 1年に一回以上歯石を取ってもらっている	はい	いいえ
⑧ かかりつけ歯科医がいる	はい	いいえ

健康なお口を保つためには、5つ以上「はい」があることが大切です！

口の疾患は早期発見・予防が大切！

むし歯や歯周病は早期に治療を開始すれば症状を食い止められることが多いです！放置をすることで口だけでなく、全身に悪影響を与えます。少しでも違和感や気になることがあればすぐに歯医者さんに行きましょう！

また、症状がなくてもむし歯や歯周病が進行している場合もあります。1年に1回は、口の中をチェックしてもらい、予防する意識を持ちましょう！

問い合わせ先

役場福祉課健康係 ☎ (574) 2214



6.24 2025 TUE. 開 場 18:00
開 演 18:30
会 場 豊頃町える夢館はるにれホール

豊頃町町制施行 60 周年記念

お笑いライブ in とよころ開催

今年は豊頃町町制施行 60 周年を記念して、「お笑いライブ in とよころ」を開催します！！

ものまねタレントとして人気の原口あきまささんや、THE MANZAI 2012 チャンピオンに輝いたハマカーンさん、お笑いタレントのどんぐりたけしさんが豊頃町にやってきますので、皆さま是非お越しください。

◆料金（全席自由） 6月2日（月）から
チケット販売開始！

町民一般：前売り 1,000 円（当日 1,200 円）
町外一般：前売り 2,000 円（当日 2,500 円）
町民中学生以下：前売り 500 円（当日 700 円）
町外中学生以下：前売り 1,200 円（当日 1,500 円）

◆チケット売り場
豊頃町教育委員会（える夢館内）/ 豊頃町図書館（土日祝のみ）/ 豊頃町役場大津支所

◀ 子宮がん乳がん検診 ▶

豊頃町保健センターで行う「子宮がん乳がん検診（集団検診）」の申込を受付しています。

日 程 6月24日（火）

① 9:00～9:30 ② 10:00～10:15 ③ 12:30～13:00 ④ 13:30～13:45

申込締切 6月18日（水）までに福祉課健康係（☎ 574-2214）にお申し込みください。

受けることができる検診		対象者	料金
子宮頸部がん検診		20 歳以上の方	800 円※
オプション	子宮体部がん検診	50 歳以上または閉経後で 6 か月以内に不正出血がある方	400 円
	子宮超音波検査	子宮頸部がん検診を受けた方で希望される方	200 円
乳がん検診（マンモグラフィー検査）		30 歳以上の方	900 円※
オプション	乳房超音波検査	30 歳～ 49 歳の方で希望される方	1,000 円

※子宮がん・乳がん検診無料クーポン券をお持ちの方は無料になります

【無料クーポン対象者】

20 歳（平成 16 年 4 月 2 日～平成 17 年 4 月 1 日生まれ）の女性

40 歳（昭和 59 年 4 月 2 日～昭和 60 年 4 月 1 日生まれ）の女性

問い合わせ先

役場福祉課健康係 ☎ (574) 2214