

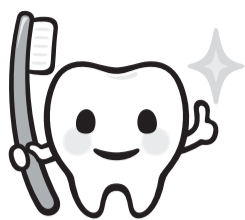
児童手当の受給には 現況届が必要です

6月28日(金)まで



6月4日～10日は歯と口の健康週間

今までの「歯の衛生週間」が「歯と口の健康週間」に名前が変わりました。身体全体の健康につながる歯と口の中の健康状態を考えてみてはいかがでしょうか。



むし歯・歯周病がひどくなると行き着くのは「歯の喪失」です。歯がなくなると、かむ機能が低下し、食生活の変化も招きます。歯周病菌は歯ぐきに炎症を起こすだけでなく、誤嚥性肺炎の原因になったり、動脈硬化を引き起こす可能性がありますので予防を心掛けましょう。

■就寝前の歯ブラシ

歯垢が残ったまま眠ってしまうと、むし歯菌や歯周病菌が繁殖します。寝る前に細菌を落としましょう。

■力を入れすぎない

力が強いと毛先が開き歯に当たらず、かえって汚れは落ちづらくなります。適切な力加減は、200～300gです。力が強いと歯肉を傷つけたり、歯を削ってしまいます。知覚過敏の原因にもなります。

■毛先のそろった歯ブラシを使う

毛先の広がった歯ブラシでは清掃能力が低下します。せっかく磨いたのに、新品の歯ブラシの6割程度しか磨けなくなっています。月1回程度が取り換えの目安です。

■補助道具の使用

歯ブラシが当たらない歯の間は、デンタルフロス(糸ようじ)・歯間ブラシの使用が効果的です。就寝前、磨いた後のデンタルリンスもおすすです。

■定期的な健診を受ける

補助道具の使い方や歯ブラシ圧などは、個別指導を受けることが歯磨き上達の近道です。細菌の塊である歯垢が放置されると歯石になり、歯科医院でないと取れません。タバコを吸う人やコーヒーをよく飲む人は着色汚れが付きます。年1回の定期健診とクリーニングをおすすめします。

問い合わせ 健康づくり課 ☎(50)1235

平成25年4月30日までに生まれた児童を養育し、現在、児童手当を受けている人は、「児童手当現況届」の提出が必要で

この届けは、6月1日における状況を記入し、児童手当を引き続き受ける要件があるかどうかを確認するためのものです。

現況届は、市から児童手当を受けている人に6月1日頃発送します。

現況届の提出がないと、6月以降の手当てが受けられなくなりしますので、ご注意ください。

■提出期限 6月28日(金)

■提出場所 子育て支援課 または各支所市民福祉班(公務員は勤務先)

必要な添付書類など

■受給者(保護者)がサラリーマンなどで厚生年金などの加入者である場合

◇受給者(保護者)の健康保険被保険者証の写しなど

■平成25年1月2日以降に転入した場合(受給者(保護者)が平成25年1月1日に香取市に住所がなかった場合)

◇平成25年1月1日現在の住所地の平成25年度課税証明書(前住所地の市区町村住民税担当課で発行)

※受給者(保護者)のものが必要

■受給者(保護者)が養育する児童と別居している場合

◇市外別居の場合は、別居監護申立書と市外に住所がある児童の属する世帯全員の住民票の写し

◇市内別居の場合は、別居監護申立書

※別居監護申立書は子育て支援課および各支所市民福祉班にあります

節目年齢に受けましょう 成人歯科(歯周病)検診



成人歯科(歯周病)検診では、口の中の2大疾患である「むし歯」と「歯周病」の検査や指導が受けられます。特に歯周病は、むし歯より痛みが少なく、気付かない間

に成人の約8割がかかっているといわれています。歯周病は、口の中だけの病気と思いがちですが、近年、全身疾患(心臓病、脳血管疾患、糖尿病など)との関係性も明らかになってきています。

健康管理のひとつとして、検診による早期発見・早期治療が大切です。

節目年齢の人は、この機会にぜひ受けましょう。

■対象 40・50・60・70歳の節目年齢の市民(平成25年4月1日現在)

※40歳(昭和47年4月2日)～昭和48年4月1日生まれ)

50歳(昭和37年4月2日)～昭和38年4月1日生まれ)

「環境フォーラム2013」を開催

東日本大震災を契機に節電や省エネ、そして太陽光などの再生可能エネルギーへの関心が高まり、私たちのライフスタイルが地球温暖化防止に貢献するようになりまし

■内容

◇第一部 基調講演

テーマ「進化してきた省エネの視点 産業から都市・地域へ」

○講師 田鍋一樹氏(茨城大学地域総合研究所鹿嶋研究センター客員研究員)

◇第二部 事例発表

環境川柳・パネル展

環境に関する川柳や市民環境団体などの発表の場として、環境川柳・パネル展を開催します。また、これに伴い「環境川柳」を募集します。

日時 6月30日(日) 13時～16時

場所 佐原中央公民館3階大会議室

環境川柳・パネル展

日時 6月25日(火)～30日(日)

場所 佐原中央公民館1階ロビー

環境川柳を募集

◆テーマ 「ストッップ温暖化 未来のために エコライフ」

◇応募 6月17日(月)(必着)までに住所、氏名、年齢、性別を記入の上、郵送、ファクスまたはメールで〒287

・8501香取市佐原口2127 環境安全課(1人2作品まで。未発表のオリジナル作品に限る)

問い合わせ 環境安全課

☎(50)1248 FAX(54)1290

✉kankyo@city.katori.lg.jp