

地域包括支援センターNEWS

介護予防教室
（口腔機能向上教室）のお知らせ

「口腔機能とは、『食べる』『飲み込む』『話す』『表情をつくる』といった機能で、これらは心身の健康や社会的な関わりをつくる上でも欠かせません。こうした機能が衰えると、さまざまな病気を引き起こしたり最終的には寝たきりになってしまったりすることもあります。□の中の手入れや□の体操などの口腔ケアを通して、口腔機能を維持・向上させ、毎日をいきいきと過ごしましょう。

次の2回シリーズで行います。

なお、当日は岸本公民館高齢者学級との共同開催となり一般公開講座とします。

みなさま、ふるって参加下さい。

1回目	とき	2月12日(水) 14:00~15:30
	ところ	岸本公民館
	内容	講演・実技 『口腔機能を守って、 いつまでもいきいきと!』 講師 養和病院 言語聴覚士 岩水 草彦 氏
2回目	とき	2月21日(金) 10:00~11:30
	ところ	岸本公民館
	内容	講演・実技 『元気なお口で寝たきり予防』 講師 歯科衛生士会 西部支部 口腔介護委員 坂本 佳津子 氏

※参加希望の方は、2月5日(水)までにお申込み下さい。

【問い合わせ・申込み先】 伯耆地域包括支援センター(健康対策課生活相談室内) ☎68-4632

2月の行事

伯耆町子育て支援センター

とき	行事	ところ	時間
4日(火)	マタニティーひろば 妊婦の方が対象です。	ひよこの部屋 赤ちゃん用の玩具づくりをしながら情報交換をしましょう。	10:00~11:30
6日(木)	出張子育て支援センター この日はひよこの部屋も利用できます。	岸本保健福祉センター (母子保健室)	9:00~11:30 13:30~16:00
14日(金)	出張子育て支援センター この日はひよこの部屋も利用できます。	岸本保健福祉センター (母子保健室)	9:00~11:30 13:30~16:00
15日(土)	にこにこどようび	ひよこの部屋	9:00~11:30
20日(木)	おはなしのじかん(テーマ:節分) 午前中、ひよこの部屋は閉所します。	溝口福祉センター *図書館のよみきかせボランティアさんによるおはなしです。	10:00~10:30
24日(月)	親子ピクス教室 参加対象は1歳6ヶ月以上の子どもさんとその家族です。(申し込み締め切り日 持参品:上履き お茶 運動ができる服装でご参加下さい。	溝口保育所ホール	10:00~11:30 2月20日
26日(水)	わくわくひろば0才 ふれあい遊び	ひよこの部屋	10:00~11:30
27日(木)	わくわくひろば1才 ゆき遊び		
28日(金)	わくわくひろば2才以上 ゆき遊び		

- 1、行事の詳細は、子育て支援センターだより(すくすく)に記載していますので、ご覧下さい。
すくすくだよりは各保育所、各図書館、健康増進室に置いてありますので、ご利用下さい。
また、町のホームページでもご覧頂けます。
- 2、子育て支援センター(ひよこの部屋)は溝口保育所の一室にあります。
- 3、上記行事以外はにこにこデーとして、どなたでもご利用できます。
開設時間内 (9:00~11:30 13:30~16:00)でしたら、いつ来て頂いても結構です。

【問い合わせ先】
子育て支援センター
☎62-0130