



# 5月 保健センター便り

保健センター ☎67・1151

## 第3回 蒲郡市健康アワードを募集します

健康づくりの優れた活動や取り組みを表彰する「健康アワード」を実施します。平成26年度にスタートし今回で3回目を迎えます。個人や家庭での取り組み、地域の健康づくり活動など幅広く募集します。27年度は13件の応募の中から、最優秀賞1団体と優秀賞2団体を表彰しました。みなさんの取り組みを紹介していただき、健康の輪を広げませんか？

### 健康づくりの取り組み例

- 個人や家族で
  - ・毎日体重測定をしてこんな健康効果ができました
  - ・禁煙に成功！成功の秘訣を教えてください
  - ・子どもと一緒にジョギングをして、楽しく健康づくりを続けます
- 地域や職場で
  - ・ダンスやスポーツで体力づくりをしています
  - ・趣味の会でこころの健康づくりをしています
  - ・職場でウォーキング大会を開催
  - ・仲間と一緒に調理実習のサークル活動をやってます

### 27年度の受賞内容

- ・蒲郡球友会（ママさんバレーを45年間活動。平均年齢75歳以上）
- ・蒲郡げんき連（よさこい鳴子踊りで世代を超えて活動）
- ・蒲郡山友会（蒲郡の登山道の整備と市民への紹介）

### 健康アワード

- 対象 市内在住・在勤の個人、団体
- 募集内容 健康づくりの取り組み申し込み 7月8日（金）（必着）までに直接またはファクスで応募用紙（保健センター・公民館・市ホームページにあります）を蒲郡健康づくりのつどい実行委員会（保健センター内）

## 歯の健康フェスティバルを開催します

6月4日（土）～10日（金）は「歯と口の衛生週間」です。歯のことだけでなく、健康づくりに関するコーナーなど盛りだくさんの内容で、子どもから大人まで楽しめます。

歯と口から始める健康づくりのきっかけに、ご家族・ご友人と一緒にお願いします。

とき 6月5日（日） 午前9時～午後0時30分 受付 正午まで

ところ 保健センター

- 内容
- ・フッ素塗布（対象 小学生以下、無料）
  - ・歯科相談
  - ・矯正歯科相談 ・立体人形色付け
  - ・ファミリーブラッシング指導
  - ・健康がまごおり21実践隊など

午前9時30分～10時

講演会

「児童のフッ素洗口について」

講師 市歯科医師会会長  
酒井基裕

講演会に参加した方先着60人に「石こうで手形を作ろう」の整理券を配布します！（対象：1歳以上小学生以下）



歯みがきをしてください!!

