

# 令和元年度 高知県いい歯の表彰

高知県では「8020運動」(80歳で20本の歯を保つ)事業の一環として、80歳以上で自分の歯が20本以上残っている方を審査し、表彰しています。

**対象者** 11月8日(いい歯の日)に80歳以上になる県民で自分の歯が20本以上ある方

**応募期間** 8月9日(金)～9月6日(金)

**申し込みから表彰まで**

①かかりつけ歯科医院やお近くの歯科医院で「高知県いい歯の表彰」のための受診であることを伝え、受診の予約をする。

②歯科健診を受ける。(無料)

③歯科健診の結果が歯科医院から高知県健康長寿政策課に送られ、審査される。

④審査結果が本人あてに郵送される。(10月頃)

⑤優秀者に選ばれた方の表彰式が行われ、希望者は宿毛市広報で紹介される。(11月頃)

**問** 長寿政策課 ☎ 63-9112／幡多福祉保健所 ☎ 0880-35-5979

# 運動教室(ウォーキング)を地区でしてみませんか

日々の運動習慣は、生活習慣病(高血圧症・脂質異常・糖尿病など)の予防にとても重要です。ちょっと太っている、ちょっと血圧が高い、ちょっとコレステロールが高いなど、「ちょっと」を放っておくのは危険です。

「ちょっと高い」今のうちに、運動習慣や生活習慣を見直してみませんか。

1年間(初回、1か月、3か月、6か月、1年後)地区への支援を行います。地区で運動教室をしてみたい方は、一度ご連絡ください。

※4月より、二ノ宮地区でも開始しています。



**問** 健康推進課 ☎ 63-1113

## 献血バスがやってきます

赤十字血液センターでは、輸血を受ける方の安全性をより向上させるため、400ml献血の推進にご協力をいただいております。皆さんの善意の申し出に、お応えできることも生じるとは思いますが、状況をご理解いただき、ご協力をお願いします。

月 日	実 施 場 所	受 付 時 間
7月 23日(火)	すくも湾漁協(本所)	16:00～17:00
7月 24日(水)	宿毛市役所	9:00～11:30
	フジ宿毛店	13:30～15:30

**問** 健康推進課 ☎ 63-1113

お誕生日おめでとう  
(令和元年5月受付分)

住 所	赤ちゃん	保護者
高砂	鎌田 純 さむら じゅん	勇介 莉奈
高砂	齊藤 瞳人 さいとう そらと	大樹 哲也
小筑紫町内外ノ浦	吉村 ノア よしむら のあ	大樹 哲也
萩原	公文 真昼 くもん まひる	

ご冥福をお祈りします  
(令和元年5月受付分)

住 所	氏 名	享 年
野地	山本 末子	108
坂ノ下	秋澤 チヨコ	102
押ノ川	佐田 義雄	78

※本コーナーの記事は、家族などからの申し込みにより掲載しています。(敬称略)

**問** 市民課 ☎ 63-1112