

保健センターだより

問い合わせ先 保健福祉課健康推進係 (32)2554

『オーラルフレイル』を知っていますか？

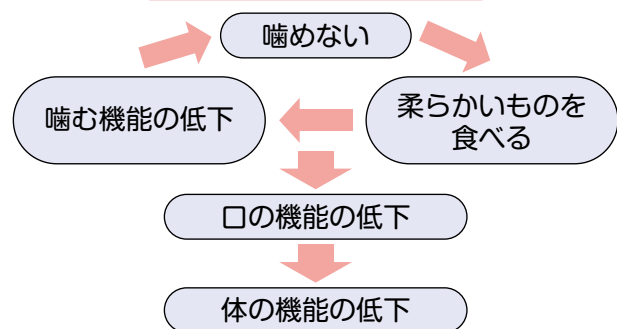
オーラルフレイルとは、口の機能が健康な状態と口の機能低下との間にある状態です。オーラルフレイルであると、将来のフレイル、要介護認定、死亡のリスクが高いことがわかっています。

当てはまるものはありますか？

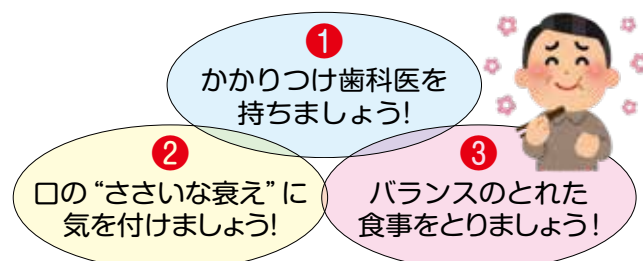
- ☐ むせる、食べこぼす
- ☐ 食欲がない、少ししか食べられない
- ☐ 柔らかいものばかり食べる
- ☐ 口が乾く、口の匂いが気になる
- ☐ 自分の歯が少ない、あごの力が弱い
- ☐ 活舌が悪い



“ささいな衰え”が積み重なると機能低下への負の連鎖



オーラルフレイル予防のために



歯を失ってしまった場合は義歯等を適切に使って堅いものをしっかり食べることができるよう治療することが大切です。

御代田町では、20歳から70歳まで、10歳ごとの節目年齢の方、妊娠されている方に、町内の歯科医療機関にて無料で歯科健診を行っています。この機会に、歯と口の健康づくりをお勧めします。



“ささいな衰え”を見逃さず、健康長寿をめざしましょう！

参考：一般社団法人 日本老年歯科医学会
公益社団法人 日本歯科医師会リーフレット「オーラルフレイル」

Kids generation



おいでよ児童館へ！ 子育て中のお母さん、お父さんへ

どちらの児童館も
楽しいイベントがいっぱい！
ぜひ遊びに来てくださいね♪



3月のひだまりっこ



音楽会☆親子で音楽を楽しみました♪

3月の児童クラブ



大型紙相撲大会！浅間山VS御嶽海 どっちが勝つか？！

ひだまりっこ 5月の予定

ひだまりっこがないときも
自由にお越しください！

※「ひだまりっこ」は、町内にお住まいの0歳児から就園前までのお子さまと保護者の方を対象に実施しています。お気軽にご参加ください。

月 (大林児童館)	火 (東原児童館)	水	木 (大林児童館)	金 (東原児童館)
5日	6日	7日	1日	2日
12日 ボールあそび	13日 はじめまして	14日	8日 はじめまして	9日
19日	20日 読み聞かせ (なるに屋)	21日	15日 リズムあそび	16日 幼児体操
26日 つくってあそぼう	27日 つくってあそぼう 4・5月の誕生会	28日	22日 お話の会 (図書館)	23日
			29日 リズムあそび	30日

＊受付 午前10時～ 各児童館にて (詳細はお問い合わせください。)

問い合わせ先 東原児童館 (32)5769 ・ 大林児童館 (32)0154

中止の場合は「みよたメール配信サービス」でお知らせします。配信情報のうち「くらし情報」をご登録ください。



>> Vol.42 町長コラム

このコーナーでは毎号、小園町長が町民の皆さんに届けたいメッセージを綴ります。

「町長財政講座」、ありがとうございました

本コラムは1年ぶりの再開となります。この間、広報やまゆりでは「町長財政講座」を連載してまいりました。

昨年秋の総選挙前後から所得税の「103万円の壁」が注目されたものの、自治体の長による誤ったメッセージが多いことに疑問を持ち、X (旧 Twitter) で「世間で言われるほど自治体は困らない」等の発言をしたところ、全国の皆さんの注目をいただきました。ニュース番組やYouTube上の番組に呼んでいただき、それに伴って「町長財政講座」の読者も増えていきました。

自治体財政の話は地方自治を語るうえで大変重要なが、日常生活の感覚とはズレた部分もあり理解するのは大変難しいものです。私の連載が自治体財政への理解が深まるきっかけをつくれたとしたら大変うれしいことです。

令和6年度は、昨年8月7日発生の大雨災害からの復旧に全力を傾ける一年となりました。都市計画道路東原西軽井沢線等の大型事業に災害復旧工事が重なり、起債残高 (町の借金の現在高) は徐々に増加に転じました。今後数年は起債残高が増える見込みですが、「町長財政講座」をきちんと読まれた皆さんなら大丈夫。起債のうち多くは後年、国が地方交付税措置をしてくれることはお分かりのことと思います。町が持っている起債残高の8割以上は年利0.5%を下回っており、焦って返済するより適切に運用して基金を増やした方が後々のためになります。運用方法については何らかの会議体を持つ考えもあります。皆さんの意見を聞きながら進めてまいります。

コラム再開記念回も財政の話となってしまいましたが、徐々にやわらかい話題も扱えればと思います。引き続きよろしく願いいたします。



Focus MIYOTA



「春が来た」 場所：雪窓公園 撮影：本田健一さん

撮影者コメント

寒さも落ち着き、いよいよ桜の開花。浅間山の残雪とのコントラストが美しい。

「Focus MIYOTA」では、風景、花木、自然、行事などの写真を募集中です。投稿いただいた中から、毎月広報やまゆりにて数枚ずつご紹介していきます。また、広報紙で紹介しきれなかった写真に関しては、町の公式SNS等でもご紹介いたします (許可をいただいたもののみ)。

御代田町内で撮影した素敵なお写真をお待ちしております。

