

児童扶養手当・特別児童扶養手当の現況届について

児童扶養手当、特別児童扶養手当を受けている方で引き続き受給資格を有する方は、現況届を下記の期間内に提出しなければなりません。対象の方には別途、個別にご案内します。

●児童扶養手当

父母の離婚などによるひとり親家庭などの生活の安定と自立を助け、児童の福祉の増進を図るために手当を支給する制度です。

▶手当の金額（月額）

所得により支給額が変わるため個別にご案内しています。

▶現況届の提出

8月3日(月)～31日(月)

問い合わせ先

役場健康こども課こども支援係
☎482-2935（課直通）

●特別児童扶養手当

身体や精神に障がいのある20歳未満の児童について、児童の福祉の増進を図るための制度です。

▶手当の金額（月額）

1級該当児童1人につき58,450円
2級該当児童1人につき38,930円

▶現況届の提出

8月12日(水)～9月11日(金)

※変更となる場合があります。

問い合わせ先

役場福祉課地域福祉係
☎482-2921（課直通）

オレンジカフェを開催します

普段とは違う行動などに「あれ？」と思ったとき、気軽に相談できる場所がありますか？

オレンジカフェは、認知症の方やその家族、地域の方など誰でも参加できる交流の場で、気になる制度などの情報についても知ることができます。

今回は映画『オレンジ・ランプ』を上映します。あなたの大切な人が認知症になったら？あるいは、あなた自身が認知症になったら？この作品は、39歳で若年性認知症と診断された夫と、その妻の9年間の軌跡を、実話に基づき描き出す物語です。自分も、身近な人も、いつか認知症を患ったり、介護が必要になったりするかもしれません。映画を見て、認知症について一緒に考えていききっかけになればと思います。

映画「オレンジ・ランプ」(上映時間:100分)

- ・会 場：町公民館講堂
- ・日 時：9月5日(土)
- ▶第1部（10時～12時）
- ▶第2部（13時30分～15時30分）
- ・持 ち 物：好きな飲み物など
- ・参 加 費：無料
- ・申込締切：9月3日(木)
- ・共 催：町介護者と共に歩む会（菜の花会）

第1部・第2部とも
同じ内容です



申し込み・問い合わせ先／役場福祉課地域包括支援係 ☎482-2921（課直通）

歯から健康へ

8月に入り、暑くなってきましたね。水分補給を忘れずに元気に過ごしてください。

《歯の大切さ》

今回は、「歯」についてのお話をします。

私たちは食べることで健康に生きています。歯は食べるために必要な部位であるほか、表情が分かったり、お話ができたりと、コミュニケーションに関わる役割も担っています。そんな歯の健康は、一体どのようなことで守れるのでしょうか？

《歯を失う原因と影響》

歯を失う主な原因は、「歯周病」と「虫歯」の二つです。歯周病は糖尿病や心臓病と同じく、生活習慣病の一つとして位置づけられています。

では、歯を失うとどのようなことが起こるのでしょうか？

- ① 噛む力の低下：脳を活性化させる「噛む刺激」が弱まると、脳への刺激が減り認知機能が低下しやすくなります。
- ② 栄養の偏り：しゃく機能の低下すると、硬い食べ物を避けるようになります。食事の内容

も偏りがちになり、特定の栄養素（たんぱく質、ビタミン、ミネラルなど）が不足して脳の健康にも影響が出ます。

③ 社会活動の減少：食べることへの自信や興味がなくなると、外食や人との交流を避けがちになり、認知症のリスクを高めます。

《歯を守るために》

歯の健康を保つには「歯磨き」が重要です。歯垢はバイオフィルムという膜に包まれており、歯の表面に強固に付着しているため、うがいのみでは除去できません。そこで有効となるのが「歯磨き」です。歯ブラシで歯を磨くことにより、歯垢を取り除くことができます。

《歯みがきのコツは次の3つです》

- ① 持ち方：ペングリップ（ペンの持ち方）が、力が入りすぎず良いとされています。
- ② 磨き方：1歯面に対して10～20回を目安に小刻みに磨きましょう。磨きやすい歯ブラシの角度は45度（歯と歯茎の間）や90度（歯の表面）とされています。前歯に関しては縦磨きを併用すると磨きやすいです。奥歯・奥歯の歯の溝、歯並びの悪いところ、隙間のある歯と歯の間、抜けてしまっている歯と歯の間などが磨き残しやすい部分なので、意識し

て磨きましょう！

③ フロスの活用：歯ブラシでは磨ききれない歯と歯の間の歯垢を取ることでできます。

※定期的な歯科医院への通院もお勧めです。また、入れ歯のお手入れもお忘れなく。

町では、年度20歳、30歳、40歳、50歳、60歳、70歳の方に歯周疾患検診の無料クーポンを配布しています。歯周疾患は歯を失う原因になります。いつまでも、お元気に過ごしていただくために、ぜひご利用ください。

（保健師／若松理乃）



むし歯のなかったお子さん



かわしま とうご
河嶋 柊吾 くん



やまの なる
山野 成 ちゃん



せ かわ さくら
瀬川 桜 ちゃん



しらやま あさひ
白山 朝陽 くん