

後期高齢者医療制度のお知らせ

～口の健康から、からだの健康へ～

お口の健康は、話すことや食事をとること以外にも、からだの全体の健康に大きく影響します。歯周病は、糖尿病や心筋梗塞などの病気の悪化や肺炎の原因にもなると言われています。また、よく噛むことは、脳への刺激となり認知症予防や介護予防にも繋がります。お口を健康に保ち、いきいきとした生活を送りましょう。

■ お口の健康のために

- 食後はこまめに歯をみがきましょう。

入れ歯の手入れも大事です。歯間ブラシ等の使用もおすすめです。

- 食事はよく噛んで食べましょう。

ひと口、30回噛むことを目標に食べましょう。

- 歯科健診を受けましょう。

症状がなくても定期的にお口の中をチェックしましょう。

※お口のことで気になることがあれば、早めに歯科を受診しましょう。



■ 歯科健診のご案内

- 対象者

後期高齢者医療保険に加入している方（75歳以上の方など）

- 実施期間

平成31年3月31日まで

- 申込方法

歯科健診の受けられる歯科医療機関へ電話にてお申し込みください。

- 受診機関

- ・ やまだ歯科医院 ☎ 57-5888
- ・ 蘭越歯科診療所 ☎ 57-5181

※このほか、後志管内の歯科医療機関（小樽市と一部を除く）でも受診できます。

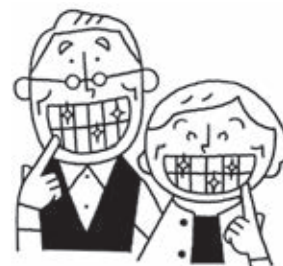
詳しい一覧は「歯科健康診査受診券」の発送時に同封したお知らせに記載しておりますので、ご覧ください。

- 料金

無料（健診の結果、治療が必要な場合は、別途治療費がかかります。）

- 持参するもの

保険証、歯科健康診査受診券



【お問い合わせ先】

- 北海道後期高齢者医療広域連合

〒060-0062 札幌市中央区南2条西14丁目 国保会館6階
☎ 011-290-5601

- 蘭越町 住民福祉課 医療給付係

☎ 0136-57-5111（内線 253）



倶知安高校生徒会との交流会

1月11日(金)に蘭越高校生徒会執行部と倶知安高校生徒会執行部との交流会が倶知安高校で行われました。



内容は開会式、自己紹介から始まり、アイスブレイク、生徒会活動の紹介及び意見交換、昼食をみんなで体育館でミニバレーなどのレクレーションを行い、親睦を深めつ

つお互いの活動の課題などで交流し、有意義な交流会となりました。

1・2年生合同職業別ガイダンス

1月22日(火)5・6校時に1・2年生を対象とした各職業分野の専門家の方々からその業界の現状や将来などについての話を聞き、自分の進路決定に役立てるべく職業別ガイダンスを実施しました。



職種は、コンピューター、建築、公務員、調理、保育、美容、介護福祉、歯科衛生など8分野の職種から、各自が職種を選択し資格取得や就職状況などについて具体的な説明を受けました。



生徒からは、「仕事の大切さや達成感などを聞くことができ、タイミングのにもいい勉強になった」「将来の選択肢が広がりました」などの声が挙げられ、今後の進路活動への意識が高まったようでした。

校内実践発表会

1月25日(金)5・6校時に蘭越高校体育館で校内実践発表会を行いました。これは、各教科の授業や部活動などでの調査・研究・活動の成果を発表するものです。

始めに、情報ビジネスコース履修生徒が、7月に行われたせらぎ祭りと、札幌で行われたチャレンジオータムでの販売実習について発表しました。



続いて理科同好会から、通年で行っている町内河川の水質調査と、貝の館の協力を得

て取り組んでいる微生物調査についての発表がありました。国際交流同好会からは、全国商業高等学校協会主催英語スピーチコンテストに出場した生徒2名が、大会で発表したスピーチを披露しました。2年保健の授業から2グループが、「がん」と「性感染症」について調べ学習をした内容を発表しました。



商業・商品開発の授業から3グループが、「蘭越町の特産品を活かした商品」を研究した内容を発表しました。家庭科・フードデザイン履修生徒が「琥珀糖の結晶化の速度」