

吉備・陵南いきいき 21 推進委員会主催

2025 年度「こころとからだの健康づくり」健康講座

めざせ！健口長寿

～ こどもから大人までの健口づくり～



吉備中学校区における虫歯のあるこどもの割合をご存じですか？

この講座では、地域の健康課題や乳幼児期から大人まで年齢に応じて取り組む虫歯予防、オーラルフレイルについて学ぶことができます。

健口長寿をめざして、みなさんと一緒に健口づくりに取り組みましょう。

日時 令和 7 年 7 月 31 日（木）

13 時 30 分～15 時

参加費無料
おみやげ付き

- ◆ 場 所：吉備公民館 実技室
- ◆ 講 師：岡山市保健所 稲田歯科衛生士
- ◆ 対 象：吉備中学校区にお住まいの方
- ◆ 定 員：先着 50 人
- ◆ 持ち物：お茶（水分）、タオル ◆服 装：動きやすい服装
- ◆ 申込み：7月4日（金）～25日（金）までに
窓口かお電話でお申し込みください。

OKAYAMA
ハレ活プロジェクト
ポイント対象講座です！



お問合せ／お申込み 岡山市立吉備公民館

岡山市北区庭瀬 416 番地 電話&FAX 086 - 293-2170

開館時間：9 時 30 分～21 時（日曜日は 17 時） 休館日：水曜日・祝日

吉備・陵南いきいき 21 推進委員会

吉備中学校区（吉備・陵南両小学校区）の愛育委員会・栄養改善協議会・運動普及委員・陵南学区安全安心ネットワーク・中国学園大学人間栄養学科・北区中央地域包括支援センター・北区中央保健センター・吉備公民館などの団体が協力して、「健康で明るく元気にふれ愛を！」を活動テーマとして、子どもから高齢者まですべての世代を対象に、健康と明るく元気な地域活動を目指して活動しています。

健康市民おかやま 21

岡山市では市民の健康づくりのため、平成 15 年度に「健康市民おかやま 21」、平成 25 年度に「健康市民おかやま 21（第 2 次）」を策定し、健康寿命の延伸などの成果がありました。令和 6 年度からの健康市民おかやま 21（第 3 次）」でも、すべての市民が健康で、心豊かに生活できる持続可能なまちを目指して、地域、職域、行政等が力を合わせ、市民一人ひとりの主体的な健康づくりを推進しています。