

健康 ワンポイント!

このコーナーでは、市民の皆さんの健康に役立つワンポイントを取り上げます。今回はフレイル予防について紹介します。

☎ 健康増進センター ☎049-252-3771



富士見市と株式会社ロッテの 高齢者の健康づくりに関する協定締結式

富士見市 株式会社ロッテ

星野市長、(株)ロッテ中央研究所 芦谷所長

高齢者の健康づくりに関する協定を締結

市民の健康寿命の延伸に向けた健康づくりの推進を図るため、(株)ロッテと高齢者の健康づくりに関する協定を締結しました。

今後は(株)ロッテの専門的知見を活用し、^{こうくう}口腔の健康を基盤としたフレイル予防や健康づくりの推進に向けた取組みを進めていきます。

フレイル予防について▶



お口の健康講座を開催

健康増進センターで開催しているオーラルフレイル予防教室で、(株)ロッテ研究員によるお口の健康講座を開催しました。

噛む力が認知機能に影響を及ぼすことをはじめ、ガムでおなじみのキシリトールの効能、よく噛めるお口の状態を維持することの重要性やトレーニング方法についての話をしていただきました。



point!

口の健康で要介護リスクを軽減

「口腔機能の衰え(オーラルフレイル)」は、4年後の要介護リスクなどを2倍にすることが分かっています。

ガムを通じて「噛むこと」の健康に対する効用を長年研究し続けてきた知見を生かし、皆さんのお口や全身の健康をサポートすることで、いつまでも食べたいものを食べ、いきいきと生活ができるお手伝いができればと思います。

(株)ロッテ 噛むこと研究室について▶



(株)ロッテ中央研究所 川村さん

手話で 楽しもう♪

今月のテーマ「果物」

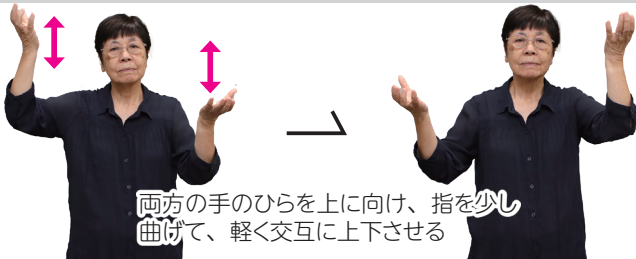
日常で使える簡単な手話単語や会話を動画で紹介しています。

☎ 障がい福祉課 ☎049-257-6114 FAX049-251-1025

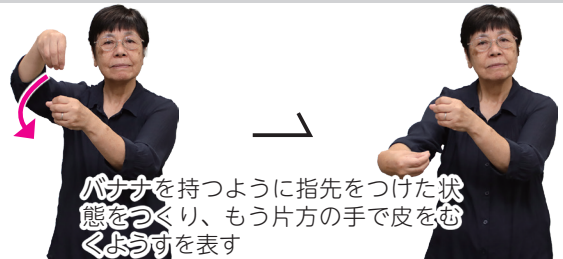
手話動画



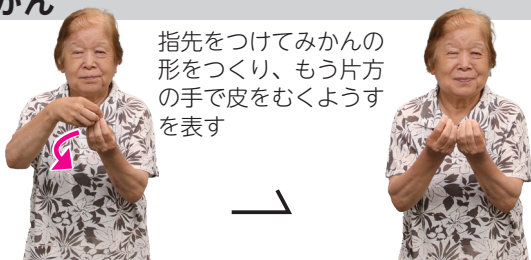
▶ 果物



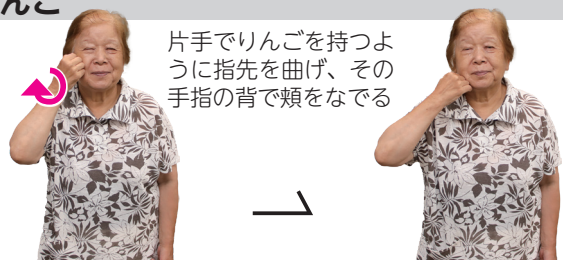
▶ バナナ



▶ みかん



▶ りんご



◆ このコーナーは、富士見市聴覚障害者の会、富士見手話サークルの皆さんの出演、協力のもと作成しています。団体の活動に興味がある方は、富士見市社会福祉協議会(☎049-254-0747)にお問い合わせください。