

お知らせ

忘れずに納付しましょう!

市県民税・森林環境税(第1期)の納期限は6月30日(日)です。最寄りの金融機関やコンビニで納付してください。

なお、地方税統一QRコード(e-LiQR)を利用し、全国の金融機関窓口や地方税お支払いサイトおよびスマホ決済での納付も可能です。

詳しくは「地方税お支払サイト」でご確認ください。



※市県民税・森林環境税の納税通知書は6月10日(火)に発送しました。

※納め忘れない便利な口座振替もぜひご利用ください。※納付が困難な特別な事情がある場合はご相談ください。

問収税課(2階)

☎(20)15778 FAX(20)1609

76歳歯科健診を受けて健康長寿を

く人生100年時代を

健やかに過ごすために、年齢を重ねると、お茶を飲んだ時にむせたり、固いもの

が噛みにくくなることが起こりやすくなりますが、これらの症状は、「オーラルフレイル」という口の衰えのサインかもしれません。早く気づいて対処することで、健康に過ごすことができます。

オーラルフレイルの方は、そうでない方と比べ、2年以内身体的フレイルを発症する確率が2.4倍高く、4年後に要介護になるリスクも2.4倍になるというデータが出ています。(※図1) 口の健康は、全身の健康に影響するため、ささいなお口の変化を見逃さないことが大切です。

保健センターでは毎月第1月曜日に歯科相談を実施し、歯科衛生士が個別でお口の体操や歯みがき方を紹介しています。年3回行っている歯周病検診では65歳以上の方に、お口の機能のチェックも行っていますので、お口の健康を維持するためにご利用ください(要予約)。

なお、国保年金課では、昭和24年4月2日、昭和25年4月1日生まれの方(令和7年度中に76歳に到達する方)を対象に、後期高齢者歯科口腔

健康診査受診票を送付しています。歯科口腔健康診査協力医療機関にて、健診が1回無料を受けられますので、ぜひこの機会に歯科健診を受診しましょう。

「オーラルフレイル」の人が抱えるリスク

新規発症

身体的フレイル	2.4倍
サルコペニア	2.1倍
要介護認定	2.4倍
総死亡リスク	2.1倍

図1 オーラルフレイルに関する疫学データ1:「オーラルフレイル」の人が抱えるリスク

出展:公益社団法人日本歯科医師会「歯科診療所におけるオーラルフレイル対応マニュアル2019年版」



問保健センター

☎(25)1725 FAX(25)1865

☎(20)1503 FAX(20)1600
国保年金課(2階)

パスポートのオンライン申請を開始します。

7月1日(火)から、スマートフォンとマイナンバーカードを利用して、マイナンバーカードから申請ができるようになります。オンライン申請では次のような利点があります。

- ・窓口へ出向くのはパスポート受け取り時の1回のみ
- ・戸籍謄本の原本の提出が不要
- ・申請手数料が割安(クレジットカードによる手数料の納付可)

詳しくは、市民課ウェブページをご覧ください。



問市民課(2階)

☎(20)1502 FAX(20)1600

善意をありがとうございます(敬称略)

▼市内中学校へ

一般財団法人藤本武弘育英会
理事長 藤本光弘

東中学校Ⅱ電子ピアノ4台、
変換アダプター1個、シールドコード1本、琴爪1組、

富士見中学校Ⅱミュージックベル1組、サスペンドシンバル1枚、グロッケンスタンド1台、テナーサクソスリッド1箱、バスクラリネットスリッド1箱、バリトンサクソスリッド1箱
茂原中学校Ⅱマーチングバスドラムキャリングホルダー1台、コルネット1本、クラリネット1本
南中学校Ⅱマイク型拡声器1台、スピーカー27台
本納中学校Ⅱスネアドラムスタンド1台、クラリネットマウスピース1個、トランペットマウスピース1個、トライアングルスタンド1台、マレット2組、楽譜5冊、クラリネットスリッド2箱、アルトサクソスリッド2箱、テナーサクソスリッド2箱、バリトンサクソスリッド2箱、電子ピアノ2台、マウスピースパッチ1個

