

生き活きだより

グラウンドゴルフ親睦会 開催のお知らせ

参加者
募集！

日 時

R7年**12**月**13**日(土)

受付 8:30～

開会 9:00～(12:00終了予定)

※雨天時中止

(中止の際は前日までに各推進員よりご連絡します)

開催場所

豊岡小学校 グラウンド

保護者同伴でお子様
(小学生以上)の
参加もOK！

参加者

南端・豊岡地区住民

申込方法

下記のいずれかの方法でお申込みください

- ①各区の健康づくり推進員に申込み
- ②健康増進課(0977-73-3130)へ申込み
- ③こちらの二次元コードを読み取り申込み

申込〆切：R7年12月5日(金)



・各自補給用の水分を
ご持参ください
・グラウンドゴルフの道具
は協議会で準備します



大分県公式健康アプリ
「あるとつく-OITA-」の
ポイントが貯まります！

〈主催〉南端・豊岡地区 健康づくり推進協議会

〈共催〉日出町健康増進課 健康推進係 (Tel: 0977-73-3130)

11月は「大分いい歯の8020推進月間」です

高齢（80歳）になっても20本以上の歯を残しましょう！

人は20本以上歯があれば、ほとんどの食べ物をかみ砕くことができ、なんでもおいしく食べられます。（自分の歯が20本なくても、入れ歯を上手く使用できている場合もOKです。）

歯を失う原因の多くは
「むし歯」と「歯周病」です！



むし歯と歯周病は自分で行う歯みがき等（セルフケア）だけでは、予防できません！
入れ歯の手入れや、細かい調整は定期的に専門医（歯科）に診てもらう必要があります。

つまり、むし歯や歯周病を予防して、いつまでも食事をおいしく食べるには…

セルフケア ＋ 歯科受診（プロフェッショナルケア）の両方が重要です！



症状がなくてもむし歯や歯周病は進行していきます！
“8020推進月間”を機会に、是非歯科健診を受けてください。

～協議会の今後の行事予定～

- ・11月1日（土）歩こう会（レクリエーションあり）
- ・11月20日（木）第3回例会（推進員のみ）
- ・12月24日（水）広報誌「生き活きだより第72号」発行
- ・令和8年2月19日（木）第4回例会（推進員のみ）
- ・令和8年3月上旬 卓球バレー

★卓球バレーについての詳細は、日程が近づきましたら、
回覧や推進員を通して周知いたします。

★南端・豊岡地区健康づくり推進協議会では、
健康づくりに 関する行事を企画・運営しています。
今後も計画していきますので、行事 開催の際には
是非ご参加ください。

