



さわやかな息を目指そう！

～ 歯周病を防ぐポイント ～

歯周病は、高齢者に多いものだと思いませんか？
実は、歯周病は年齢に関係ない病気です。
今からできる予防対策を学び、
ご自身やご家族全員で健康なお口を目指しましょう！

日時 令和8年7月31日（金） 13時30分～15時

場所 岡山市立吉備公民館

- ◆ 講師：岡山市歯科医師会 医師
- ◆ 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
- ◆ 申込み：6月18日（木）～7月23日（木）までに

窓口か電話で吉備公民館へお申し込みください。

参加費無料
おみやげ付き



健康市民おかやま21
マスコットキャラクター「ももちゃん」

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・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。