

TRY 令和6年度助成事業のご案内

募集中

◎まごころ基金助成事業

県内の地域福祉の推進を目的に、民間のボランティア団体等が実施する先駆的な事業活動や子どもの貧困やひきこもり支援等の社会的課題の解決に取り組む活動に対して助成を通じた支援を行います。

【助成額】通常助成枠 1団体につき20万円以内
チャレンジテーマ枠 1団体につき30万円以内
(子どもの貧困やひきこもり支援等の社会的課題の解決に取り組む活動)

【申込締切】5月31日(金) (当日消印有効)

◎子ども未来支援事業 子ども食堂等への助成

様々な事情により欠食や孤食などの状況にいる子どもたちがご飯を食べたり、宿題をしたりする場である「子ども食堂」の開設にかかる経費の一部を助成することを通じて、子どもたちが安心して過ごせる地域の居場所づくりの推進を図ります。

【助成額】1団体につき20万円以内

【申込締切】5月31日(金) (当日消印有効)

※詳しくは、ホームページをご覧ください、各要綱・申請様式等をダウンロードしてください

《お問合せ先》
Tel.0776-24-2339
総務企画課
URL https://www.f-shakyo.or.jp/



TRY 令和6年度「福祉就職フェア」のご案内

福井県福祉人材センター、嶺南福祉人材バンク無料職業紹介所では、福祉施設等の魅力や採用の情報等を直接施設等の求人担当者や取り扱える「福祉就職フェア」を開催します。福祉の仕事に就きたいと考えている方、福祉の仕事に興味はあるけど、まずは福祉の仕事の内容などを知りたい方など、福祉の仕事に興味のある方ならどなたでも、参加自由(無料)です。皆様のご来場をお待ちしております。

【嶺南会場】「第1回ふくい福祉就職フェア」

【日時】令和6年6月22日(土) 13:00~15:40

- ①13:00~「福祉のお仕事セミナー」
②13:35~「オンライン職場見学会」
③14:10~「職場説明・面談会」

【会場】敦賀市福祉総合センター「あいあいプラザ」(敦賀市東洋町4-1) 1階 あいあいホール他

《お問合せ先》 嶺南福祉人材バンク無料職業紹介所 Tel.0770-52-7833



【嶺北会場】「ふくい福祉・保育就職フェア」

【日時】令和6年7月7日(日) 12:30~15:30

- ①12:30~「オンライン職場見学会」
②13:30~「職場説明・面談会」

【会場】福井県生活学習館(福井市下六条町14-1) 1階 多目的ホール他

《お問合せ先》 福井県福祉人材センター Tel.0776-28-3180



【参加予定事業所】

福井県内で社会福祉施設(事業所)を運営している法人等
嶺南会場15事業所(予定)
嶺北会場80事業所(予定)

【その他】開催時は感染拡大防止のため、マスクの着用をお願いします。

きて ラジオ講座「いきいきライフ」

受講生募集

ラジオ講座「いきいきライフ」は、ラジオやインターネットを通じて、時事、社会、文化、娯楽、健康、医療、福祉など各界で活躍されている方のお話を毎週聞くことができます。シニア期の暮らしに必要なテーマをシリーズで放送する「学び強化月間」も定期的に設けています。

FBCラジオ
(嶺北AM86.4kHz/FM94.6MHz・嶺南FM93.6MHz)で、毎週日曜日6:30~7:00放送(毎週土曜日17:15~17:45再放送)放送後、インターネットでも聞けます。(無料)

FBCi FBCラジオ 詳細は、二次元コード先のホームページをご覧ください。



Table with columns: 日程, テーマ, 講師. Includes topics like '病気から体を守る 免疫の仕組み' and '100歳まで健やかな胃腸を実現する医と食の融合'.

《お問合せ・申込先》
福井県すこやか長寿センター
Tel.910-8516 福井市光陽2丁目3-22 福井県社会福祉協議会 地域福祉課内
Tel.0776-24-2433 Fax.0776-24-0041
Eメール:sukoyaka@f-shakyo.or.jp



福井県歯科衛生士会 谷口 由紀氏

歯科衛生士として歯科医院に勤務しながら、公衆衛生活動に参加。幼児健診や学校、公民館等での歯科検診・歯科保健指導など、幅広い世代に向けて歯科疾患予防と口腔衛生向上を目指して活動している。

歯の健康を守ることは様々な病気を防ぎ、身体全体の健康を守ることも繋がりますが、自分では変化に気づきにくいことでもあります。今回は、歯の健康を守るための注意点や、習慣化すべきことについて



知って情報



発行:(福)福井県社会福祉協議会

歯周病のセルフチェック
思いあたる症状をチェックしましょう!
【全体】
1.口臭を指摘された・自分で気になる
2.朝起きたら口の中がネバネバする
3.歯みがき後に、毛先に血がついたり、すすいだ水に血が混じることがある
【歯肉の症状】
4.歯肉が赤く腫れてきた
5.歯肉が下がり、歯が長くなった気がする
6.歯肉を押すと血や膿が出る
【歯の症状】
7.歯と歯の間に物が詰まりやすい
8.歯が浮いたような気がする
9.歯並びが変わった気がする
10.歯が揺れている気がする
チェックが1~3個の場合
歯周病の可能性があるので、軽度のうちに治療を受けましょう。
チェックが4~5個以上の場合
中等度以上に歯周病が進行している可能性があります。早期に歯周病の治療を受けましょう。
チェックがない場合
チェックがない場合でも無症状で歯周病が進行することがあるため1年に1回は歯科検診を受けましょう。

出典:特定非営利活動法人 日本臨床歯周病学会

シニア世代は虫歯より歯周病に注意を!
いつまでも元気に暮らすためには、体だけでなく歯や口のケアにも気を配り、健康を維持することが非常に大切。
厚生労働省と日本歯科医師会が平成元年から展開している「8020運動」の成果もあり、近年、80歳で20本以上の歯を保っている人の割合は50%を超えています。しかし、その反面、高齢者の虫歯や歯周病の数も増加しており、特に歯周病が原因で歯を失うシニア世代が増えてきています。
正しいセルフケアを続けて口腔内を清潔に
シニア世代の歯はエナメル質が減少し、歯ぐきが下がって歯の根元が虫歯になりやすくなっています。歯磨きは1日2回以上、特に寝る前と起床後は必ずするとよいでしょう。
歯ブラシの毛先の形状も色々ありますが、基本的にはフラットなものをおすすめ。歯ブラシに加えて歯の隙間が狭い方はフロス、隙間が開いている方は歯間ブラシを使って歯と歯の間も丁寧に汚れを落としましょう。
入れ歯をお使いの方は専用の義歯ブラシもありますので、食事のたびに流水下で歯磨き粉はつけずに磨いてください。就寝時は外して洗浄液につけ、6~8時間は歯ぐきを休ませましょう。入れ歯を外したらしっかりとブラッシングをして、口の中に残った食べかすを洗い流してください。
歯磨き粉はフッ素濃度が高いもの、歯ブラシは柔らかめを選び、軽い力で小刻みに動かします。歯磨き後は少量の水で度だけすすぎ、フッ素を歯に残しましょう。すすぎ不要のジェルタイプの歯磨き粉も便利です。
歯ブラシは月に一度の交換がおすすめ。毎月1日に新しい歯ブラシをおろすなど、交換日を決めておくとうれい。
残った食べかすを洗い流してください。
歯磨き粉はフッ素濃度が高いもの、歯ブラシは柔らかめを選び、軽い力で小刻みに動かします。歯磨き後は少量の水で度だけすすぎ、フッ素を歯に残しましょう。すすぎ不要のジェルタイプの歯磨き粉も便利です。
歯ブラシは月に一度の交換がおすすめ。毎月1日に新しい歯ブラシをおろすなど、交換日を決めておくとうれい。



歯ブラシは鉛筆を持つような持ち方が余計な力が入らずおすすめ。正しく磨けば歯ブラシで60%、フロスや歯間ブラシなどと併用で85%の汚れを落とせます

大切なあなたの歯を残すためには...



自宅でのセルフケアポイント

歯垢(プラーク)が残しやすいところ



出典:サンスター株式会社、公益社団法人 日本歯科衛生士会

半年に一度のプロケアで口腔内の健康を維持
毎日正しくブラッシングや歯間ケアを続けていても、歯の周囲に歯石がたまってきたり、知らない間に虫歯ができていたり、痛みや自覚症状がほとんどないため、気づかないうちに進行して最終的には歯が抜けてしまう怖い感染症です。
こうしたトラブルを早期に発見し、プロならではのケアで歯と口の健康を維持するため、ぜひ3ヶ月~半年に一度はかかりつけの歯科医院で定期検診を受けてください。「何も症状がないのに何でいいの?」「何で言うって予約したらいいの?」「何で言うって」という声も耳にしますが、「歯科検診をしない」と来院していただければOKです。
歯科検診では虫歯のチェックをはじめ、歯周ポケットの深さや歯ぐきからの出血、歯が動かないかなど、歯周病の検査を行います。また、歯を支える骨の状態を調べるため、レントゲン検査を行います。
プロのケアを受けることで自分の健康状態を知ることができ、適切なセルフケアの方法を学んだり、気になっていた疑問や不調を相談することもできます。「最近歯医者に行っていない」「自分の歯の状態を知りたい」と思われる方は、ぜひ一度気軽に歯科検診にお出かけください。



県内各地で口腔保健の普及啓発活動に取り組む谷口さん。「間食の多いダラダラ食べは虫歯の元!! また、シニアの方は加齢とともに咀嚼機能が低下するため、噛む回数を増やすことも健康維持につながります」

活動レポート

音楽を通じて地域の方々へ恩返しを 貴方と私のゆかいな音楽会 ハーモニカ同好会 虹の会(坂井市)

平成20年頃に「ママと子のゆかいな音楽会 ハーモニカ同好会 虹の会」として音楽好きな仲間と会を結成。現在は70代~80代の男女5名で、ハーモニカ演奏の他に健康体操やなぞなぞ遊び、歌を歌うなどの内容も交えて、健康維持につながる全員参加型の音楽会を開催しています。これまでの公演回数は121回を数え、最近是他団体とのコラボ演奏の機会も増加中。友が友を呼び色々な楽器が集まり、ゆかいな仲間が増え、さらに楽しく活動に励んでいます。



観客の皆さんの笑顔に糧に楽しく活動中 銭太鼓サークル(高浜町)

元々は商工会女性部の交流会で滋賀県の団体が銭太鼓を披露し、その一体感と迫力に感銘を受けたことが結成のきっかけ。その後商工会から独立し、現在は60代~80代の女性6名で活動しています。主な活動内容は敬老会や町内・近隣市町の高齢者施設へ訪問し、午後のレクリエーションの時間などに銭太鼓を披露すること。近年はコロナ禍で思うように活動できない時期が続きましたが、今後は声をかけていただければ出来る限り参加していきたいと思っています。



歯ブラシや歯間ブラシ、フロス、舌ブラシなど、様々なグッズから自分に合うものを選んで、歯間ブラシのサイズは歯科検診の際に確認するのがおすすめ

