

催し・講座

介護予防のための歯つらつ  
検診・歯つらつ講演会

口（口腔）には、食べる・話す・表情を豊かにするなど、元気でいきいきとした生活を送るための大切な働きがあります。

しかし、年齢を重ねるにつれ、食べ物が噛みにくくなったり、飲み込みにくくなったりと、口腔の機能はだんだんと衰えてきます。

県歯科医師会の歯科医師、歯科衛生士による個別歯科・口腔検診・口腔指導、口腔の機能の予防に関する歯科医師による講演会を開催します。

口腔機能（口の働き）の  
自己診断をしてみましょう！

- ① 固いものが食べられない。 ○
- ② 食べ終わるのに時間がかかるようになった。 ○
- ③ 食事中に咳き込むことがある。 ○
- ④ 薬を飲んだときにのどにひっかかことがある。 ○
- ⑤ 話をするとあごやのどが疲れる。 ○
- ⑥ いびきをかく。 ○
- ⑦ 口の中がねばねばする。 ○
- ⑧ 口臭が気になる。 ○
- ⑨ 入れ歯をしているけれど合わない。 ○
- ⑩ 口の中がよく渴いた感じがする。 ○

3項目以上当てはまった人は注意！

歯つらつ検診

（個別の歯科・口腔検診・口腔指導）

日時 11月8日（木）

① 午前9時30分～ ② 午前10時～

③ 午前10時30分～ ④ 午前11時～

場所 町民ホール（町役場西側）

対象 町内在住の65歳以上で要介護認定を受けていない人

定員 各回5人

● 申込 10月26日（金）までに、包括

支援センター（長寿介護課） ☎ 34・

2104）へ電話で。

歯つらつ講演会（歯科医師によるお口の老化予防についての講演）

日時 11月8日（木）

午後1時30分～午後3時

場所 町民ホール（町役場西側）

対象 町内在住の65歳以上の人

講師 歯科医師（県歯科医師会）

● 申込 10月31日（水）までに、包括支援センター（長寿介護課） ☎ 34・

2104）へ電話で。

税など

暮らし・環境

年金・保険

健康・福祉

子育て・教育

まちづくり

催し・講座

募集・就職

お知らせ

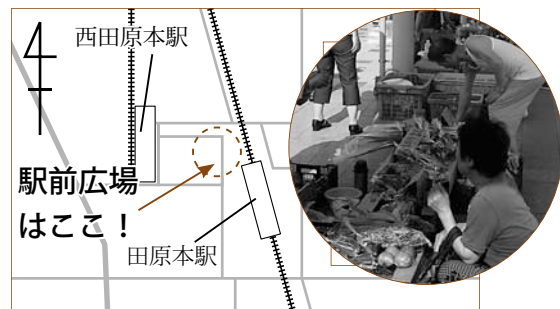
ふれあい朝市

新鮮な野菜や果物、花キ類などを販売しています。ご近所お誘い合わせのうえ、ぜひお越しください。

日時 10月27日（毎月第4土曜日）

午前8時30分～ 売り切れ次第終了

場所 田原本駅前広場（近鉄田原本駅西口）



ふれあい朝市運営委員会事務局  
J Aならけん川東支店 ☎ 32-2181  
産業観光課農政係 ☎ 34-2080

認知症予防教室  
（脳いきいき教室）

「認知症」は老若男女を問わず、誰もが患う恐れがあります。町では、「認知症」を正しく理解し、早期発見・早期予防するために「脳いきいき教室」を開催します。「認知症」を正しく知って、より良い生活を送りましょう。

日時 全2回

▼Aコース

1回目：10月30日（火）午後2時～4時

2回目：平成25年2月12日（火）

午後2時～4時

▼Bコース

1回目：11月6日（火）午後2時～4時

2回目：平成25年2月12日（火）

場所 町役場301・302会議室

内容 ▼1回目＝認知症についての講

義、認知症予防に効果的なワークの指

導 ▼2回目＝3カ月の自宅ワークの

結果報告、認知症予防のための継続的

な取り組みの紹介や指導

※開始前と3カ月経過時に効果測定のため

の簡単な検査を実施します。

※1回目終了後から3カ月間はそれぞれ

自宅ワークがあります。

対象 町内在住の65歳以上で、認知症

に関心があり両日参加できる人

講師 横井賀津志さん（関西福祉科学

大学准教授〈作業療法士〉）

定員 各コース20人（先着順）

● 申込 10月15日（月）までに、包括

支援センター（長寿介護課） ☎ 34・



税など

暮らし・環境

年金・保険

健康・福祉

子育て・教育

まちづくり

催し・講座

募集・就職

お知らせ

# 弥生の里ホール

URL [http://www.tawaramoto-aogaki.jp/yayoi/event\\_infomation.html](http://www.tawaramoto-aogaki.jp/yayoi/event_infomation.html)

☎ 34-7000

## 第18回体験作文発表会

小・中学生と高校生が日ごろの生活での体験から学んだこと、感じたことなどを作文にまとめて発表します。併せて、発表作文をとおして青少年の健全育成について考えます。お誘い合わせて、多数のご参加をお願いします。

日時 **10月27日(土)午後2時～**

主催 町教育委員会・町青少年健全育成推進協議会

申込不要

## 弥生の里文化講座②

考古学を中心に講師を招き、年3回の文化講座を開催します。

日時 **10月28日(日)午後2時～**

演題 羽子田遺跡の変遷を考える

講師 清水琢哉(町文化財保存課調査係長)

定員 300人

費用 200円

要約筆記あり(中途失聴・難聴者聴講可)

※都合により、演題・講師は変更になる場合があります。

NHKラジオ番組

入場無料

## ラジオ深夜便のつどい公開録音

NHKのラジオ番組「ラジオ深夜便のつどい」の公開録音を実施します。この番組ではリスナーとアンカーが直接、言葉を交わすふれあいの場です。

当日の様子は、平成25年1月25日(金)に放送されます。(予定)

日時 **12月8日(土)** 開場：午後1時  
午後1時30分～4時(終演予定)

内容 **第1部** 講演会(詳細は11月号に掲載)

**第2部** アンカーを囲むつどい

出演アンカー…川野一字、松本一路

申込方法

11月13日(火)(必着)までに、郵便往復ハガキに必要事項を記入して、申し込んでください。

※1歳以上のお子さまから入場整理券が必要です。

※応募多数の場合は抽選で、1枚で2人が入場できる入場整理券を送付します。

※応募いただいた情報は、抽選結果の連絡のほか、受信料のお願いに使用することがあります。

6360247	※返信裏は 白紙のまま	返信裏	往信裏
田原本町阪手 233の1 弥生の里ホール 「ラジオ深夜便の つどい」係	観覧希望者の 郵便番号 住所 氏名	①郵便番号 ②住所 ③氏名 ④電話番号	
往信表	返信表		

☎ NHK奈良放送局 ☎ 0742-26-3411  
弥生の里ホール ☎ 34-7000

## 介護予防相談会

2104)へ電話で。

もう歳だからと  
あきらめていませんか？

腰痛ひざ痛、姿勢が気になる、歩くスピードが遅くなってきた、日常生活で大変になってきている動作があるなど、理学療法士に個別相談し、あなただけの体操や生活のアドバイスを受けて快適な生活を取り戻しましょう。

日時 11月21日(水)

午前9時～午後3時30分

場所 町役場

対象 65歳以上の介護認定を受けていない人

相談時間 一人当たり30分

定員 10人(申込順)

平成23年度参加者の声

●膝が痛くなり、趣味の運動も控えなくてはならないのかと悲観していたところ、ストレッチすることにより、膝の動きが楽になってきて楽しくスポーツをしています。

●毎日続けてはできませんが、今日は少し疲れて足がつっぱると感じたときは体操すれば痛みもとれ、楽になります。

☎・申込 10月10日(水)から、包括支援センター(長寿介護課) ☎ 34-2104)へ電話で。