

社会教育

学び
いろいろ!

市では、家庭教育、青少年教育、成人教育など、さまざまな事業を実施しています。今回は、市民の皆さんが気軽に参加できる事業を4つ紹介します。

お悩みを一緒に解決します

- ①子育てサロン
子育ての悩みを抱えていませんか？

子育てサポーターや子育て中の方と情報交換をしながら、楽しい時間を過ごしましょう。

※参加無料
※申し込み不要
※絵本の読み聞かせ 指導員など

▲参加者の感想▼
 離乳食やトイレトレーニングの悩みを解消できました。

- ②まなびねっとセンター
パソコン、スマートフォンなどの操作でお悩みの方へ

お使いのパソコン、スマートフォン、タブレットを持ち込むこともできます。
 ※毎週月、火、金曜日
 9時～12時 13時～16時
 ※祝日、年末年始は休み
 ※中央公民館1階 まなびねっとセンター
 ※参加無料



- ③さつまさんだい学校応援団
地域で子どもを育てる環境づくりをしませんか？

地域の人が学校支援ボランティアとなり、学校の要望に応じた支援活動を行っています。
 対象 ボランティアとして活動できる市民の方
 登録方法 中央公民館に備え付けの「学校支援ボランティア登録カード」に必要事項を記入の上、提出
 活動例 本の読み聞かせ、昔遊びの指導、見守り、ミシン指導、教科指導補助 など



地域でもっと活躍しませんか？

◆相談事例
 ・名簿、案内文、会計報告、年間予定表などを作れるようになった。
 ・インターネットを使って調べものや買い物をしたい。
 など
 ▲パソコン操作で悩んだら、すぐ相談!!



- ④すてきびと
あなたの知識や技術を地域の生涯学習に役立ててみませんか？

市生涯学習人材バンク「すてきびと」の登録者を募集しています。
 「すてきびと」とは、専門知識や技術を持った人材を掘り起こし、知識や技術を市民の生涯学習に生かそうとするものです。
 内容 専門知識や技術を生かして、市内の団体やグループからの要請により、講習会や実演会の講師、指導員として活動します。登録された方は、市ホームページで専門分野や特技の内容を紹介できます。
 対象 ボランティアとして学習の指導または援助を行うことができる方
 登録方法 市ホームページまたは中央公民館に備え付けの「すてきびと登録カード」に必要事項を明記の上、直接、郵送、ファクス、メール
 登録分野 音楽、技師・資格、自然科学、社会科学、生活・趣味、体育・スポーツ・レクリエーション、美術・工芸・書道、舞踊・演芸、文学・文芸・語学、育児、子育て など



▲すてきびと(生涯学習人材バンク)の募集と登録者紹介

人生100年時代！健康増進講座

vol. 1

歯は食事をおいしく食べて、健康で長生きするために欠かせないものです。
 そんな大切な歯を失う原因の1位は**歯周病**です。歯周病は歯を失うだけでなく、動脈硬化や心疾患、糖尿病などの生活習慣病の悪化や誤嚥性肺炎、認知症など、全身にさまざまな悪影響を及ぼす怖い病気です。

歯周病は生活習慣病

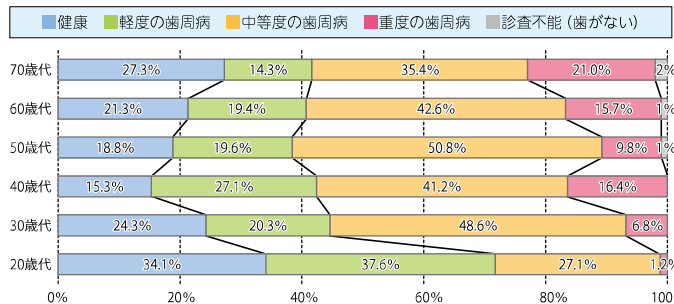
歯周病は生活習慣の改善で予防できることから**生活習慣病の1つ**と位置付けられています。
 歯周病の予防や改善のためには、まず自分の生活習慣を見直すことから始めてみましょう。

よくかむことは健康寿命を延ばす大切な行為です。よくかむことで脳が活性化され、認知症予防や肥満防止などにもつながります。

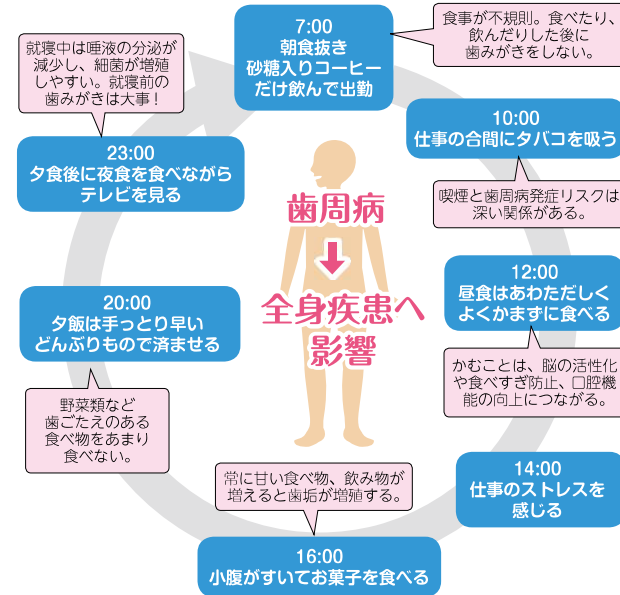
歯と口の健康対策

仕事や家事など日々の忙しさから定期検診が減り、歯や歯ぐきのケアがおろそかになりがちです。本市の令和6年度薩摩川内市歯周病検診の結果では、30歳代で中等度の歯周病患者が約49%と

歯周病の罹患状況



「歯周病になりやすい生活」していませんか？



定期的な歯科検診

歯周病は、自覚症状がないまま進行するため予防・早期発見・早期治療や生活習慣の改善、定期的な歯科受診が欠かせません。適切なアドバイスや予防処置をしてくれる「**かかりつけ歯科医**」を持ちましょう。

歯周病検診を無料です！

本市では20歳から70歳まで10年の節目を迎える方に歯周病検診の受診券を発送しています。無料で受けられる10年に1度のチャンスです。ぜひこの機会に歯周病検診を受けましょう。



▲歯周病検診を受けましょう

問合先／市民健康課健康増進第1G
 (すこやかふれあいプラザ内)
 ☎(22)8811