

出 町区 区で学ぶ口腔の健康づくり



口腔の健康づくりの講話

出町区（鹿本隆彦区長）では、出町区集会所で口腔の健康づくり教室を開催しました。

この日は17人の区民が参加。毎回出町区で行っている金魚体操を、九州看護福祉大学の学生も参加し全員で体操を行いました。その後、九州看護福祉大学口腔保健学科淀川尚子先生を講師に迎え、「口腔の健康づくり」についての講話がありました。講話が終わると、口の中の検査を先生や学生が行いました。

参加者は「この検査は始めてだった。ためになった」「口の中をきれいにしておくことで、肺炎予防になることがわかった」などの声が上がりました。

高 田区 病院の上手なつきあい方について学ぶ



講話を真剣に聞く参加者

高田区老人会では、高田区公民館で、健康づくり事業を開催しました。

この日は11人の老人会員が参加。有明成仁病院の松村多鶴代総看護師長、大籠安男リハビリテーション部長を講師に迎え、「病院との上手なつきあい方」についての講話がありました。

2025年モデルでは、医療機関の機能分化の方向性や、在宅医療の充実を図っていくことが大切などの話がありました。

質疑応答では、「大きい病院に行くときには主治医に相談し、紹介状を持って行った方がいいのか」「入院期間も短くなるのか」など活発な意見交換が行われました。

梅 田区 口の健康は体の健康



口腔の検査を受ける参加者

梅田区老人会では、口腔の健康づくり推進教室を開催しました。

この日は18人の老人会員が参加。九州看護福祉大学口腔保健学科の淀川尚子先生を講師に迎え、「口腔の健康づくり」について講話がありました。その後、口の中の検査を先生や学生などが行いました。

普段あまり聞くことのない口腔の健康について、興味深く真剣に耳を傾ける姿が見られました。

参加者は「こんな検査をしたのは初めて」「自分の口の中の状態もわかってためになった」と話し、和気あいあいと健康について学びを深めました。

東 荒神区 転倒を予防して健康に!



実際にスクワットを行う参加者

東荒神区（高松幸志区長）では、町中央公民館で転倒予防教室を開催しました。

この日は29人の区民が参加。有明成仁病院の酒見亮理学療法士を講師に迎え、「転倒予防」についての講話がありました。

転倒によるけがや骨折がきっかけで寝たきりにならないよう、筋力アップトレーニングなどの説明があり、スクワットと片足立ち運動の紹介後、参加者全員で体を動かしました。

「気軽にできることで、長く続けていくことが転倒予防につながります」と先生からの助言があると、参加した区民からは「やはり、運動など体を動かすことは大切ですね」「続けることが大事だね」などの声が上がりました。