

まつやま

2018.6.16号

発行：酒田市松山総合支所
地域振興課
住所：酒田市字山田 27-4
Tel 0234-62-2611

◎松山文化伝承館展示のお知らせ

日時：6月15日（金）～8月19日（日）

内容：松山の宝③

－激動の明治・藩士が紡いだ美しい松山－

開館時間：午前9時～午後4時30分

休館日：月曜日（祝日の場合は翌日）

料金：一般360円、高校・大学生250円、小中学生100円（小中学生は土日無料）

※同時開催：真下記念室「最上川 Ⅱ」

【8月19日（日）まで】

【問】松山文化伝承館 Tel 62-2632

◎夜の山寺「ツバキネ」散策と昆虫の森ホテル観察

日時：①6月28日（木） ②6月29日（金）

③6月30日（土）

午後8時受付 午後9時終了予定

集合：松山多目的運動広場（楽天イーグルスボールパーク）駐車場

対象：40分程の夜間散策を行える方

定員：各日15名前後

内容：粽田池（チマキダイケ 通称ツバキネ）付近の散策とホテル観察を行います。

実施：ホテル発生が確認できない時、強風時荒天時は、中止します。実施の可否については、当日午後5時15分までに、フェイスブック「松山の宝」で告知します。

費用：1人200円（保険料・資料代）

申し込み：当日、集合場所にて。

御準備：スニーカー等で足回りをしっかりしてください。長袖長ズボンを推奨します。懐中電灯・タオルなどがあると便利です。

【問】松山総合支所地域振興課内 松山の宝推進協議会 Tel 62-2611

◎献血のお知らせ

日時：7月19日（木）

午後1時30分～午後3時30分

場所：松嶺コミュニティセンター

【問】：松山総合支所地域振興課

Tel 62-2611



◎あまのがわコンサート

毎年恒例「うすけねーズ」のロック&ジャズと「佐藤正一氏」の三味線など、コラボ演奏もありの豪華ステージ！！パワフル・愉快・軽快そしてしっとり聴かせる演奏。七夕の夜をたのしんで♪おつまみなど、売店も出店します。

日時：7月7日（土）午後7時～午後8時30分
（開場午後6時）

場所：松山城址館 多目的ホール

出演：うすけねーズ、佐藤正一氏

入場料（全席自由）：前売券1,000円

当日券1,200円

チケット販売所：松山城址館、松山文化伝承館、居酒屋ぼん太、自家焙煎珈琲店 草木舎

【問】松山城址館内 NPO 法人まちづくり net 松山コンサート実行委員会 Tel 61-4885

◎松山健康福祉フェア

日時：7月8日（日）正午～午後3時15分

（医師講演は午後1時30分～）

場所：松山城址館

対象：どなたでも

内容：①医師講演「生活習慣病の新常識」

～今知っておきたい健康長寿の秘訣～

講師 松山診療所（日本海総合病院）

血液内科 医師 鈴木 琢磨 氏

②ヘルシースイーツの試食

（食生活改善推進員）

③夏カレーの試食（おとこカレーくらぶ）

④屋台コーナー（障がい福祉事業所）

⑤介護用品の展示相談、血圧測定など

費用：無料

申込：当日会場へ

※終了後、松山特産品を来場者100名にプレゼントします。

※詳細は広報折込チラシをご覧ください。

【問】松山総合支所地域振興課健康福祉係

Tel 62-2611

◎先月のフォトメモリー

[5月1日]松山まつりでは、武者行列や荻野流砲術演武などが催されました。また山寺皇大神社では400年目の例祭にあたり「秘仏」御開帳が行われました。



[5月26日]眺海の森新緑ウォークが開催されました。鳥海山もくっきりと見える絶好のウォーキング日和となり、参加者たちは自然の生命力あふれる初夏の松山路を自分の足で楽しんでいました。



7月 松山地域カレンダー

1 (日)	第46回酒田市市民体育祭(光ヶ丘陸上競技場)
2 (月)	交通安全早朝一斉街頭指導(各地区)午前7時30分～
7 (土)	あまのがわコンサート(松山城址館)午後7時～
8 (日)	消防団松山支団操法大会(多目的運動広場駐車場) 松山健康福祉フェア(松山城址館)
16 (月)	交通安全早朝一斉街頭指導(各地区)午前7時30分～
18 (水)	松山いきいきくらぶ(健康福祉センター)午前10時～ 満福市(健康福祉センター)午前11時～ あんしん相談・行政相談 (健康福祉センター相談室)午後1時30分～
19 (木)	献血(松嶺コミュニティセンター)午後1時30分～
28 (土)	アメリカ青少年相互交流 (マサチューセッツ州ハーウィッチ派遣)～8月6日

<保健師の窓>

～歯とお口の健康を保ちましょう～

8020運動をご存知ですか?「80歳になっても自分の歯を20本以上保とう」という取り組みです。20本以上の歯を持つ高齢者は、20本未満の高齢者に比べ、活動的で寝たきりとなることも少ないと言われています。

歯とお口の健康は、楽しく美味しい食事、毎日の会話、さらに若々しい表情を保ち、明るく豊かな生活には欠かせないものです。子どもから高齢者まで、よく食べ、よく噛み、栄養をしっかりと取りましょう。そして正しいケアを心掛け、丈夫な歯とお口の健康を保ちましょう。

<口腔ケアを実践!>

- ① 歯みがきは食べたらずぐと、寝る前に毎日
- ② 歯科健診を定期的に受ける
- ③ デンタルフロスや歯間ブラシにもチャレンジして、歯の間も清潔に

<食事でも実践!>

- ① 甘いもの、歯にくっつきやすいものに気をつけましょう
- ② ダラダラ食べに気をつけましょう

痛みなど自覚症状がないと歯医者に行かない方も多いと思いますが、歯周病が進行していることがあります。歯周病は沈黙の病気と言われ、糖尿病を重症化、認知症のリスクを高めます。歯周病でない人と比べると医療費が年間2万円多いそうです。お口をメンテナンスは体にも財布にも優しいようです。

松山地区の世帯数・人口

平成30年5月31日現在

世帯数：1,585世帯 (前月比 ±0)

人口：4,242人 (前月比 -7)

男性2,002人・女性2,240人