

お知らせ

忘れずに納付しましょう！

市県民税・森林環境税（第1期）の納付期限は7月1日（月）です。最寄りの金融機関やコンビニ、スマホ決済で納付してください。

なお、地方税統一QRコード（e-L・Q・R）を利用した納付もできます。



詳しくは「地方税お支払サイト」でご確認ください。

※市県民税・森林環境税の納税通知書は6月10日（月）に発送しました。

※納め忘れない便利な口座振替もぜひご利用ください。
※納付が困難な特別な事情がある場合はご相談ください。

問 収税課（2階）

☎ (20) 1578 FAX (20) 1609

76歳歯科健診を受けて

オーラルフレイル予防を

「オーラルフレイル」とは、ささいな口の衰えを意味します。症状としては、汁物等での軽いむせ、食べこぼし、固いものがかみにくい、活舌が

悪くなる、口の中が渇くなどの症状が挙げられます。

オーラルフレイルの方は、そうでない方と比べ、2年以内身体的フレイルを発症する確率が2.4倍高く、4年後に要介護になるリスクも2.4倍というデータが出ています。

口の健康は、全身の健康に影響するので、軽いむせ等さないなお口の変化を見逃さないことが大切です。

市では、昭和23年4月2日（昭和24年4月1日生まれの方（令和6年度中に76歳に到達する方）を対象に、後期高齢者歯科口腔健康診査受診票を送付しています。歯科口腔健康診査協力医療機関にて、健診が1回無料で受けられますので、ぜひこの機会に歯科健診を受診しましょう。

また、毎月第1月曜日に歯科相談を保健センターで実施し、個別で歯科衛生士がお口の体操や歯のみがき方を紹介しています。年3回行っている歯周病検診では65歳以上の方に口口の機能のチェックも行っていますので、お口の健康を維持するためにご利用ください（要予約）。

「オーラルフレイル」の人が抱えるリスク

新規発症

身体的フレイル	2.4倍
サルコペニア	2.1倍
要介護認定	2.4倍
総死亡率リスク	2.1倍

オーラルフレイルに関する疫学データ
1:「オーラルフレイル」の人が抱えるリスク

出典：（公社）日本歯科医師会「歯科診療所におけるオーラルフレイル対応マニュアル2019年版」

問 国保年金課（2階）

☎ (20) 1503 FAX (20) 1600

保健センター

☎ (25) 1725 FAX (25) 1865

防衛省・自衛隊では自衛官候補生等を募集します

◆募集種目

- ① 自衛官候補生
- ② 一般曹候補生
- ③ 航空学生

④ 幹部候補生（一般要員（大卒程度試験・院卒者試験））

⑤ 予備自衛官補（一般・技能）

⑥ 防衛大学校学生（推薦・総合選抜・一般）

※各募集種目ごとに年齢・資格等の要件あり

◆受付期間（締切日必着）

- ① 年間を通じて
- ② 7月1日（月）～9月3日（火）
- ③ 7月1日（月）～9月5日（木）

水害に備えた土のうの配布について

市では、大雨災害に備えて、土のうが必要なご家庭に無料で配布しています。希望する方は各配布場所の連絡先に事前に電話連絡の上、直接取りにお越しください。

配布場所	連絡先
茂原公園第2駐車場	土木管理課 ☎ (20) 1537
本納支所駐車場	本納支所 ☎ (34) 2111
東部台文化会館駐車場	東部台文化会館 ☎ (23) 8711
五郷福祉センター駐車場	五郷福祉センター ☎ (25) 7880

※東部台文化会館の休館日は、6月13日（木）、8月8日（木）、10月10日（木）です。

◆配付期間 ～10月31日（土）（土日・休日を除く）

◆配布時間 8時30分～17時

◆配布数 1軒当たり10袋まで

問合せ 土木管理課（7階）

☎ (20) 1537 FAX (20) 1605

- ④ 8月26日（月）～9月26日（木）
- ⑤ 9月19日（木）
- ⑥ 9月5日（木）～9日（月）（一般は7月1日（月）～10月17日（木））



▲H P



▲X

問 自衛隊茂原地域事務所

☎ (25) 0452

屋外広告物の許可申請をお忘れではありませんか？

屋外広告物の掲出には、市の許可が必要な場合があります。適正な屋外広告物の掲出・管理にご協力をお願いします。詳しくは、都市計画課ウェブページをご覧ください。

※事故を防ぐため、危険な屋外広告物を見かけましたら情報提供をお願いします。

問 都市計画課（8階）

☎ (20) 1546 FAX (20) 1606