

●文中の「SC」はサービスセンターの略

市有地を売却します

市有地を一般競争入札により売却します。入札保証金は、入札金額の100分の5以上です。現地説明会は6月16日(水)に実施します(時間はお問い合わせください)。

入札の申込方法など、詳しくはホームページをご覧ください。

◆広報ID番号 1016422
入札日時と会場

7月2日(金)午前10時～(受け付けは9時～9時50分)、市役所5階第3委員会室で

土地の所在/面積/最低入札価格

▼牛島東一丁目204番19

／465.22㎡／1千421万1千円

▼河辺和田字上中野97番9

／571.51㎡／859万5千円

●問い合わせ 財産管理活用課

☎(0888)5439



市営墓地の使用者を募集します

北部墓地(飯島)、平和公園(泉)、南西墓地(豊岩)、河辺墓地の使用者を募集します。

6月4日(金)から生活総務課(市役所1階)、各市民SC(中央・東部・南部別館を除く)、駅東SCで配布する募集案内をよく読んでお申し込みください。

様式は、市ホームページからもダウンロードできます。

◆広報ID番号 1024713

■対象(次のすべてを満たすかた)

- ①市内に住所または本籍がある
- ②市内に住所があり、独立した生計を営む保証人を届出できる(ただし、3親等以内の親族は市外に住所を有していても保証人として選定できます)
- ③焼骨を埋蔵する墓地がなく、寺院や自宅に保管している

*北部墓地は、改葬(現在の墓地から焼骨を移すこと)を希望する場合も含まれます。平和公園、南西墓地、河辺墓地の改葬は対象外。

■区画面積/募集区画数

永代使用料/管理手数料(年額)

北部墓地

4㎡/70区画/28万5千円/3千248円

平和公園

4㎡/21区画

／32万4千円/2千588円

4.5㎡/6区画

／36万4千円/2千911円

6㎡/9区画/48万6千円/3千882円

15㎡/1区画/121万5千円/9千705円

南西墓地

4㎡/3区画/22万4千円/4千462円

河辺墓地

4㎡/4区画/20万円/1千572円

6㎡/1区画/30万円/2千358円

9㎡/1区画/45万円/3千537円

■申込期間と受付場所

いずれも午前8時30分(駅東SCは午前9時)～午後5時15分に受け付けます。

北部墓地 6月16日(水)から12月28日(火)までの平日に生活総務課へ

平和公園、南西墓地、河辺墓地 6月16日(水)から29日(火)までの平日に生活総務課、各市民SC(中央・東部・南部別館を除く)、駅東SC

のいずれかへ。同一の区画に複数の申し込みがあった場合は、抽選で使用者を決定します

●問い合わせ

生活総務課 ☎(0888)5624

市立病院の職員を募集します



市立病院の職員を下記のとおり

募集します。

市立病院総務課、市役所1階総合案内、各市民SC(中央・東部・南部別館を除く)、駅東SC、秋田市東京事務所(千代田区)で配布する受験案内書(病院ホームページからもダウンロードできます)をよく読んで、手続きしてください。締め切りは6月18日(金)(必着)です。

【職務・募集人数など】

①事務職 3人

勤務時期は今年10月以降です。

受験資格 昭和36年4月2日以降に生まれ、医療機関や民間企業などでの職務経験が直近6年間で3年以上のかた

試験方法 1次は書類審査。2次は適性検査(筆記)と面接を7月17日(土)に市立病院で実施

②看護師・助産師 20人程度

③診療放射線技師 1人

④理学療法士 1人

⑤臨床検査技師 1人

(以下②～⑤共通)

勤務時期は来年4月以降です。

受験資格 昭和37年4月2日以降に生まれ、それぞれの資格があるかた(資格取得見込みを含む)

試験方法 適性検査(筆記)と面接を7月3日(土)に市立病院で実施

●問い合わせ 市立病院総務課

☎(823)4171



6月4日▶10日は歯と口の健康週間

今年度の標語

一生を 共に歩む 自分の歯



健康な歯でよく噛むことは、全身の健康づくりに大きく関係しています。また、口の中を清潔に保つことは、インフルエンザなどの予防にもつながります。生涯を健康に過ごすため、お口の健康について考えましょう。

よく噛むとこんな効果があります！

- ▶唾液の量が増える ▶食べ過ぎ防止
- ▶生活習慣病予防 ▶胃や腸での消化・吸収を助ける
- ▶むし歯・歯周病・口臭の予防 ▶脳の活性化や認知症予防
- ▶やる気、集中力、体力が向上する
- ▶適度な咀嚼であごの発育を促す

【唾液の働き】消化を助ける、味覚を感じやすくする

こども編

問▶子ども健康課
☎(883)1174

むし歯予防は3つの組み合わせが大切

★甘いものの取りかたを工夫しましょう

自宅過ごす時間が増えて、間食の回数が増えたりしていませんか？ だらだら飲食は控えて、水分補給はお茶が水にしましょう。



★ポイントをおさえた歯磨きを

歯ブラシを、小さく小刻みに動かすのがポイント！ すき間のない歯と歯の間にはデンタルフロスが効果的です。

*「日本歯科医師会 日歯8020テレビ『知っておきたい！ 乳歯の歯磨き』」では、動画を公開中です。

動画は
こちらから



★フッ化物塗布を受けましょう

フッ化物を歯に塗ると歯の質が強くなり、むし歯を予防する効果があります。特に生えたての歯は、むし歯になりやすい反面、フッ化物の取り込みがよいため、歯の質の強化が効果的に行えます。

1～5歳の幼児に無料のフッ化物塗布受診券を交付しています。詳しくは市ホームページをご覧ください。

◆広報ID番号 1005928

おとな編

問▶保健予防課
☎(883)1178

お口を清潔に保ちましょう

食後や寝る前の歯磨きの徹底のほか、入れ歯の掃除もとても大切です。



★歯磨きのポイント

【基本の動作】

- ①歯ブラシはペンを持つように軽く握る
- ②磨きたいところに歯ブラシの毛先を当てる
- ③軽い力で歯ブラシを細かく振動させて動かす

歯と歯の間や奥歯の噛み合わせ面の溝、歯と歯肉の境目など、磨きにくいところは、歯間ブラシなどを利用して磨きましょう。使い方や選び方は歯科医院で指導してもらいましょう。



歯垢がたまりやすい部分
(磨きにくい部分)

定期健診へつなげて予防

- ①②の実施医療機関は、5月に全戸配布した「秋田市健診ガイド」をご覧ください●●

①おとなの歯科健診(健診期間=6月から2月まで)

歯を失う2大要因はむし歯と歯周病です。それらは気づかぬうちに進行する病気です。症状がなくても健診を受けましょう。

対象▶今年4月1日から来年3月31日までに迎える誕生日当日の年齢が30・40・50・60・70歳のかた

料金▶800円(70歳のかたは無料)

内容▶お口の検査とお手入れのアドバイス。受診したかたに、磨きにくい部分に便利な「ワンタフトブラシ」をプレゼントします

②後期高齢者歯科健診(健診期間=6月から9月まで)

対象▶昭和20年4月1日から昭和21年3月31日までに生まれたかた 料金▶500円

内容▶歯の状態やお口の衛生状態、噛む力や飲み込みなどの機能検査、保健指導

③歯科健康相談(随時)

内容▶歯科衛生士が、歯周病・むし歯・ブラッシング法などの相談に、電話で応じます

*現在受診中のかたは、かかりつけ歯科医院にご相談ください。

相談電話▶平日の9:00～16:30に保健予防課へ。

☎(883)1178