

# とらいむ便り

# 6月

## ★ご来所の利用者さまへ★



暑さと梅雨が重なる6月になりました。6月4日は語呂合わせで「6(む)4(し)」にちなんで「虫歯予防デー」となっています。1928年(昭和3年)に日本歯科医師会が実施したのが始まりです。今は4日～10日を「歯と口の健康週間」として、歯や口の中の健康を見直す期間としています。現代になり口腔疾患は様々な疾患と関連していることが報告されています。この機会に、歯や口の健康を意識してみるのはいかがでしょうか？！

歯は、食べ物を体の中に運ぶ前に、小さくしたりすりつぶしてくれる働きがあります。もし歯がなかったら、食べ物を食べることが難しくなって、十分に栄養を取ることができずに、弱い体になってしまいます。また歯周病の原因の多くは口の中の細菌がもたらす炎症です。食後の歯磨き、歯科の定期健診で歯石を除去する、虫歯を放置せず治療する等の対応していきましょう！



## ★6月の生活力アップセミナーのご案内★

定員  
6名

### 園芸療法士さんといっしょに♪ 園芸を楽しもう\*

【日時】6月15日(水) 14:00～16:00  
【場所】とらいむ 多目的室  
玉ねぎのを収穫します。



### アロマセラピストさんといっしょに♪ アロマを楽しもう\*

【日時】6月27日(月) ※1部・2部の選択制  
第1部：13:30～14:40  
第2部：14:50～16:00  
【場所】とらいむ 多目的室  
【材料費】300円(当日お支払い下さい)



## ★参加を希望される方へお願い★

新型コロナウイルス感染予防のため、プログラムの参加人数を制限させていただいております。

お手数おかけしますが、必ず事前に申し込みをお願いいたします！

### ★プログラム参加申し込み方法

とらいむ登録メンバーの方：事前にお電話または来館時にお申し込みください。

上記以外の方：申し込み用紙の記入が必要になります。

お電話にてお問い合わせください。

### 【R4年度の生活力アップセミナーの予定】

★音楽プログラム(奇数月の第1金曜日・10:30～11:30)

★植物プログラム(毎月第3水曜日・14:00～16:00)

★アロマセラピー(偶数月の第4月曜日・13:30～16:00)

※各プログラムの詳細は、案内チラシやお電話、来館時にお問い合わせください。



発行：地域生活サポートセンター とらいむ

住所：鎌倉市由比ガ浜2-2-40 KFビル4階 電話：0467-61-3205

受付時間：月曜日～金曜日(祝日は除く) 9:30～17:00

ホームページアドレス <http://npo-mind.or.jp/trymmm/>

運営主体：特定非営利活動法人 地域生活サポートまいんど

法人ホームページアドレス <http://www.npo-mind.or.jp>



## 6月の休館日

● 日曜日・祝日・第5土曜日

日曜日 5日 12日 19日 26日

祝日 なし

第5土曜日 なし