



歯とお口の健康づくりの大切さを広めるボランティア活動

8020推進員養成講座 受講生大募集!!

歯と口の健康は、からだの健康への第一歩です！
歯と口の大切さを周りの方々に伝えるボランティア活動に参加してみませんか？

【小学校フッ化物洗口の支援】
ロアツくんもブクブクうがい頑張っています



【中学校】
子どもたちに歯みがきの仕方について声かけをしています



活動の様子

【高齢者サロン】
健口体操を伝えています



【地域イベント】
歯や口の健康に関する情報を発信しています



費用 無料(教材費含む)

募集人員 20人

対象者 18歳以上の方ならどなたでも

受講回数 2回(プログラムは裏面)

会場 東区役所3階健康センター

申込み、問合せ先

東区役所保健こども課

歯科(上田・中村ゆ)

電話:096-367-9134

FAX:096-367-9303

【8020運動とは】

80歳で20本以上の歯を保ち、噛む力(食べる力)を通して生涯の健康と生活の質を守る取り組みです。

※当講座は熊本市健康ポイント事業のポイント付与対象となります。

※講座修了後、「熊本市8020健康づくりの会」に登録いただき、地域の保育園や小学校の歯みがき教室や高齢者サロンでの健口体操等に参加できます。

令和8年度(2026年度)8020推進員養成講座 受講申込書

氏名(ふりがな)	住所	電話番号	校区	備考(民生委員等)

令和8年度（2026年度）8020推進員育成講座プログラム

東区保健こども課

回	開催日時	場所	講座内容
第1回	9月16日（水） 13:30～16:15 受付 13:15～	東区役所3階 健康センター内 すこやかホール	<p>開講式</p> <ul style="list-style-type: none"> ・8020運動と熊本市における歯科保健事業について ・8020推進員の活動について ・全身の健康について（生活習慣病について） ・口腔の健康について（歯周病、義歯の管理、全身疾患とのかかわり、オーラルフレイル） ・体験実習
第2回	10月21日（水） 13:30～16:15 受付 13:15～	東区役所3階 健康センター内 すこやかホール	<ul style="list-style-type: none"> ・咀嚼機能の獲得及び疾病予防の食生活について ・歯科口腔保健の推進に関する法律等について ・地域活動について ・口腔の健康について（むし歯、フッ化物の利用、乳幼児の歯みがき、よく噛むことの意義、災害時の歯科保健対策） ・体験実習 <p>閉講式</p>
	令和9年（2026年） 1月末予定	未定	<p>修了証書交付式 記念講演会</p>

※自宅学習で受講できます

