



第276号

みんなの知恵と優しさでつくる街 たかすだより

高須地区まちづくり協議会
発行責任者 志多田 宏
事務局 080-3982-6023



報告 **笑顔で健康ウォーキング** 開催日 5月24日(土)
残念ですが、雨のため、中止となりました。

報告 **健康講演会 ①**
開催日：6月14日(土) 開始＝14:00～16:00
場所：高須市民センター 講堂
《口腔ケアのお話》
参加者＝37名 (男性＝17名/女性＝20名)

講師＝むかいほう歯科 院長 向坊 明浩先生
講座内容
日本人の40歳以上の約8割の方が「歯周病」に罹っているそうですが、これは日々の生活習慣に関わっています。
歯周病と全身との関わり
・歯周病と心臓病の関係
・歯周病と脳卒中の関係
・歯周病と糖尿病の関係
・歯周病と肺炎の関係
予防
★禁煙
★よくかむこと(肥満防止)
★食生活の見直し
★ストレスの解消

(1)「あー」と口を大きく開く
(2)「いー」と口を大きく横に広げる
(3)「うー」と口を強く前に突き出す
(4)「べー」と舌を突き出して下に伸ばす

※個人差はありますが「あいっぺ体操」を続けることで、インフルエンザ・いびき・口臭・歯ぐきにも効果があり、皮膚炎・アトピーも改善すると言われています。まずは実践しましょう・・・

「口は命の入り口」と、言われる程重要な役割を担っています。
お口の中は、綺麗に！
主催 高須地区まちづくり協議会 健康づくり部会

ありがとうございます
サンリブ高須より ご寄付をいただきました！
6月17日(火) サンリブ高須店から「資源回収への参加を促進することと循環型リサイクルを構築し、ゴミの減量に貢献すると共に、収益金を地域に還元し地域の活動に役立てて頂きたい!」と、橋本一輝店長から、高須地区まちづくり協議会の志多田会長に古紙回収寄付金として22,234円が渡されました。まちづくり協議会では地域での活動・行事などの支援金として大事に使わせて頂きたいと思っています。

たかすキッズディスコン大会 & 防災運動会
日時：7月12日(土)
受付：9:30～/開始＝10:00～12:00
場所：高須市民センター 講堂
●ディスコン大会の後、防災関連の運動会
主催：高須地区青少年育成協議会 / 共催：高須市民センター

参加賞あり

たかす元気っ子 ラジオ体操 **参加賞あり**
【開催期間中、土・日・祝日・雨天の場合は中止です】
■31区：各公園で例年通り開催
開催期間＝7月22日(火)～8月8日(金)
開始時間＝7:00～(20分程度)
■市営/県営：各集会場広場
開始場所・開催期間が自治会で違いますので、ご確認下さい
協働 高須地区青少年育成協議会
高須地区社会福祉協議会

夏休みラジオ体操フェスタ
開催日 8月11日(月・祝)
開始：7:00～(体操後、ゲームあり)
場所：高須小学校 グラウンド
主催：高須地区まちづくり協議会 健康づくり部会

参加賞あり

ふれあい昼食交流会
概ね65歳以上の方なら、どなたでも参加OK(要予約)
日時 7月11日(金)12:00～13:30 会場/市民センター 講堂
申込み〆切 7月4日(金) 参加費：500円
問い合わせ 高須市民センター 741-5707
主催/食生活改善推進員協議会

8月は お休みです

報告 **高須地区の人口調査と高齢化率**

年 別	高須の世帯数		高須の総人口		60歳以上(高齢者比率)	
	世帯数	差異	人 口	差異	人数	比率
平成 28	4,327	30	9,685	-84	3,266	33.7%
平成 29	4,360	33	9,523	-162	3,331	35.0%
平成 30	4,357	-3	9,350	-173	3,395	36.3%
令和 1	4,288	-69	9,074	-276	3,420	37.7%
令和 2	4,249	-39	8,874	-200	3,443	38.8%
令和 3	4,216	-33	8,715	-159	3,480	39.9%
令和 4	4,225	9	8,584	-131	3,524	41.1%
令和 5	4,207	-18	8,467	-117	3,546	41.9%
令和 6	4,213	6	8,324	-143	3,532	42.4%
令和 7	4,203	-10	8,181	-143	3,809	46.6%

令和7年 3月31日現在
先月号「人口調査①」の続きです。

【年代別 推移】				【単位:人】			
年代別	前年	今年	差異	年代別	前年	今年	差異
0～9歳	520	493	-27	10代	839	833	-6
10代	839	833	-6	20代	769	709	-60
20代	769	709	-60	30代	679	650	-29
30代	679	650	-29	40代	973	943	-30
40代	973	943	-30	50代	1,012	1,026	14
50代	1,012	1,026	14	60代	1,128	1,055	-73
60代	1,128	1,055	-73	70代	1,587	1,627	40
70代	1,587	1,627	40	80～85	444	457	13
80～85	444	457	13	85以上	373	388	15
85以上	373	388	15	計	8,324	8,181	-143
計	8,324	8,181	-143				

★高齢化率が上がっていますが、皆さん、元気で活躍中。

☆熱中症対策をしよう!!

☆ゲリラ豪雨・地震・台風などの修繕

には日頃から備えをしよう!!