



地震の時は「ダック」のポーズ！～幼児向け防火・防災教育～

消防署では、9月29日(火)に富川二葉保育所(綿貫春彦 所長)、9月30日(水)に富川ひばり幼稚園(池田義人 園長)で幼児向け防火・防災教育を目的としたカードゲーム「ぼうさいダック」を実施しました。

「ぼうさいダック」は、地震・津波・火事などの災害、挨拶やマナーといった日常の習慣について学べるカードゲームです。子ども達は動物のイラストのポーズをまねして、危険な場面に直面したときの「最初の第一歩(ファーストムーブ)」を身につけます。

子ども達に「ぼうさいダック」を教えたのは、日高消防団の女性消防団員の8名で、子ども達のポーズを覚える早さに驚きながらも、楽しく指導できました。「ぼうさいダック」を使ったクイズゲームやカルタゲーム、白いシートを火災の煙に見立て、火事の時のポーズを取りながら子ども達が煙から脱出するゲームも行いました。

消防のマスコットキャラクターの「消太君」と一緒に楽しくゲームに参加し、2日間とも笑顔いっぱいの1日となりました。



「沙流太ほおずき絆の会」と「富川高校生」による 食用ほおずき収穫作業

10月5日、沙流太ほおずき絆の会(降幡治男 会長)と富川高校商業科3年生による食用ほおずきの収穫作業が行われました。

収穫時期の目安などについて説明を受けながら、真剣に収穫作業を行いました。

今後も「沙流太ほおずき絆の会」と「富川高校生」で果実の販売やスイーツなどの商品開発を行い、商品化を目指していきます。



日高町ベンチャーキッズ支援事業開催 将来に向けて商売の仕組みを考える

10月3日、日高町商工会で日高町ベンチャーキッズ支援事業が開催されました。

富川小学校、門別小学校から小学5・6年生の子供たちが12名集まり「商売」の仕組みを学びました。

子ども達は今後10月25日に行われる門別しゅも祭りにて、実際に販売を行います。

今回は「商売とは何か」を学び、売るものの決定まで真剣に話し合いました。

健康が一番にや



健康福祉だより

◎日高町役場健康福祉課
TEL 01456-2-6183
◎日高総合支所地域住民課
TEL 01457-6-3173

11月8日は「いい歯の日」

11月8日は「いい歯」の日といわれています。では、「いい歯」とはどんな歯でしょうか？単に白い歯やきれいな歯並びというわけではありません。口や歯の役割をきちんと果たしているのが「いい歯」です。

口と歯の役割って？

口や歯には様々な役割があります。が、どんな役割があると思いますか？「食べる」「飲み込む」「味わう」「話す」「呼吸」「消化を助ける」「顔の形を整える」「脳の活性化」など様々あります。今挙げた例を見ると、口は生命維持とコミュニケーションに大きな役割を果たしていることが分かります。口の機能が十分でないと生活に大きな影響が出てきてしまいます。口や歯は私たちが生きていくためになくてはならないものなのです。

口と歯の役割を保つには？

一番大切なのはやっぱり歯磨きで

す。しかし、毎日歯磨きをしていても正しく磨いていないと歯磨きの意味がないのです。

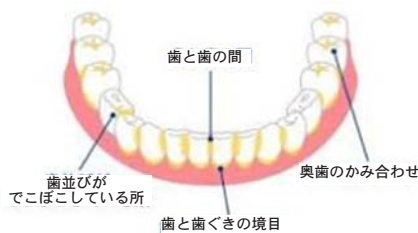
正しい磨き方のポイントは

- ① 軽い力で小刻みに動かす
 - ② 磨く順番を決めること
- さらに、歯垢(プラーク)のたまりやすいところは、

- ① 歯と歯の間
- ② 奥歯の噛む面
- ③ 歯と歯肉の境目
- ④ 歯並びが悪いところ

です。

歯と歯の間はデンタルフロス(糸ようじ)や歯間ブラシを使って歯垢を取り除きます。このことに気をつけて歯磨きを行いましょう！



知っていますか？

8020運動

8020(ハチマルニイマル)運動とは1989(平成元)年から厚生省(当時)と日本歯科医師会が推進して

いる「80歳で20本以上自分の歯を保とう」という運動です。歯は20本以上残っていれば硬いものでもほぼ満足に噛めるといわれています。運動開始当初の達成率は7%程度でしたが、2011(平成23)年では80歳前半で28.9%、80歳後半以上で17%が達成しているという結果が出ました。みなさんの歯は何本残っているでしょうか？

虫歯と歯周病

虫歯と歯周病は口の病気の2大疾患といわれており、歯を失う原因の約75%を占めています。年代別に見ると、虫歯は20代までの若年層に多く、歯周病は30代後半から増加してきます。

虫歯と歯周病は虫歯菌や歯周病菌の細菌による感染症ですが、食生活や歯磨きなどの生活習慣とも関係が深いため、生活習慣病ともいわれています。

虫歯は歯そのものを壊す病気で、歯周病は歯を支える歯肉や骨を壊す病気です。また、歯周病は糖尿病の第6の合併症ともいわれています。このように、口の健康は全身の健康と関係があるのです。

歯周病の恐ろしい点は、初期・中期には痛みをあまり感じることがなく症状がどんどん進むことです。痛みや腫れの症状が出てくるのは末期になってからで、それまではほとんど自覚症状がありません。これがこの病気

の最大の特徴で、また一番恐いところ



歯科の定期健診を受けましょう！

虫歯や歯周病は症状が出てから治療するよりも、年に1回のクリーニングの方が医療費もかからないのです。磨き残しがある部分や、正しい歯磨きの方法も教えてくれます。

ぜひ、年に1回歯の健診を受けて「いい歯」を保ちましょう！



今年4月に日高町役場に臨時歯科衛生士の柳瀬が配属されました。歯科に関する相談・訪問等あれば健康福祉課までご連絡ください。