

# The 健康応援隊!.....♡

## 歯の健康づくりをはじめよう!

「歯みがきは

じょうぶなからだの 第一歩」

6月4日から10日までは「歯

の衛生週間」として、全国的に歯の衛生知識の普及運動が実施されます。

冒頭の標語は今年度の歯の衛生週間の標語で、県内では8020(80歳で20本以上の歯を保つ)、6424(64歳で24本の歯を保つ)を目指し、期間中にさまざまなイベントが開催されます。

歯を失う大きな原因は、歯周病です。歯周病は歯肉炎や歯周炎の総称で、歯周病菌が歯肉に炎症を起こし、症状が進行すると歯を支えている骨が破壊され、歯が抜け落ちてしまいます。歯や歯と歯ぐきのすき間に汚れや細菌が付着している状態が続くと、歯ぐきに炎症が起こりやすくなるため、歯周病の予防には、毎日の歯みがきが大切です。

○歯みがきのポイント

- ・1本ずつみがくように歯ブラシは小刻みに動かす
- ・歯の形に合わせて、歯ブラシの毛先を使い分けてみがく
- ・かみ合わせ、歯と歯の間、歯と歯ぐきの境目はみがき残しが多いのでしっかり歯みがきを行う
- ・歯と歯のすき間をみがくときは歯間ブラシやフロスを利用する

8020・6424のスタートは赤ちゃんの時から始まります。生まれたばかりの赤ちゃんの口の中にはむし歯菌は存在しませんが、母親や父親など周りの大人からむし歯菌が感染するといわれています。子どものころから口の中をきれいな状態にしておくことが気持ちのよいことと感ずることができるよう、家族みんなで歯の健康づくりに取り組んでいきましょう。

(健康福祉課 保健師)

## 5つのかすみ

か

考え・輝け  
カリスマ・形風



進め・澄め  
スキル  
姿・直く(まっく)

す



み

未来へ・磨け  
ミラクル・身だしなみ  
水脈(みお)



○学校教育目標「夢を持ち生きる力に満ちた五霞中学生を育む」の達成に向け、今年度も五霞中学校生徒245名、教職員総勢30名が一丸となって教育活動を進めています。本校では五霞町の「霞」の文字から「かすみ」という言葉で「五つのかすみを合言葉にしています。この言葉をキーワードにして、今年度も様々な活動を展開してまいりますので、ご支援の程よろしくお願いたします。

## 学校コーナー

平成24年度  
順調にスタートを  
きりました!



五霞中学校



○春のボランティア遠足  
五霞中学校では昨年より権現堂公園、中の島公園、宇和田公園へごみ拾いを行いながらの春の遠足を行っています。入学したての1年生も楽しそうに協力して活動し、その後、桜の下で広げたいお弁当は最高の味でした。

### ○交通安全教室



境警署の多田係長さんを始め駐在所の井口さんや太田さん交通安全協会、母の会のみなさんをお迎えし、交通安全教室が開かれました。自転車の乗り方については再三にわたり学校でも指導しています。お気づきのことがありましたら、その場で声をかけていただき、また学校にもご一報ください。

### ○部活動



中学校生活の大きな柱に部活動が挙げられます。本校では11の部を設け、日々練習に励んでいます。7月の県西大会を突破し、県大会に出場できるようにがんばっています。登下校時などの地域で見守りも重ねてお願いたします。

ご意見・ご要望をお待ちしています。

あて先  
●町長(直通)  
FAX 84-1550  
●総務課広報担当  
☎84-1111(内線227)

6月の納税 納期限:7月2日(月)です

町 県 民 税 1 期 町民税務課 税 務 G 内線253  
保 育 料 6 月 分 健康福祉課 社会福祉G 内線237  
学 校 給 食 費 3 期 教育委員会 学校教育G ☎84-1462

人口と世帯 ※ ( )内は前月比

総人口 9,348人(-17)  
男 4,688人(-5)  
女 4,660人(-12)  
世帯数 3,118世帯(+5)  
(5月1日現在 住民基本台帳から)