

The

健康応援隊!

毎年、6月4日～10日の1週間のことを日本では「歯の衛生週間」と言っています。今回は、この歯の衛生週間にちなんで、お口の健康について考えていきたいと思えます。

幼児の歯は全部で28本ですが、大人の場合は親知らずを入れて32本です。そこで厚生労働省では1989年から「ハ〇二〇(ハチマルニイマル運動)」という歯の健康目標を掲げています。これは「80歳になっても自分の歯を20本保ち、健康的な老後を迎えましょう」というものです。また茨城県では「六四二四」という歯科保健キャッチフレーズを掲げています。これは「64歳で24本、自分の歯を保ちましょう」という中間目標と「むし歯にしない」という2つの意味を持っています。80歳になった時に自分の歯が沢山残っている人には寝たきりが少ないとも言われていますので健康的な毎日を送るた

めにも歯はとても大切です。『歯の健康を守り、自分の歯でモノを食べられる』ということは、高齢社会を豊かに過ごすための重要な要素になります。ところが、50歳前後から歯が急速に抜け始め、70歳くらいでは平均すると17本の歯を失い、さらに80歳では残っている歯が平均5本となってしまう、大部分の人が入れ歯を使うようになります。歯は自然に抜け落ちることはないで、歯を失う原因は『歯周病』や『むし歯』の放置による悪化です。特に歯周病は、中年から歯を失う一番の原因であると言われています。

健康的な歯を保つためにはバランスの取れた食事をよくかんで食べること、定期的に歯の健診を受けること、適切な歯みがきを行うこと等が大切です。いつまでも自分の歯で食べられるように今までより少し歯に関心に向けてみませんか?
(保健課保健師)

6月の小児医療輪番制

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
				西		西
4	5	6	7	8	9	10
西	友	西		西		友
11	12	13	14	15	16	17
友	友	西		西		西
18	19	20	21	22	23	24
西	友	西		西		西
25	26	27	28	29	30	
西	友	西		西		

西：茨城西南医療センター病院(境町) ☎(87)8111
友：友愛記念病院(古河市) ☎(97)3000
輪番日及び時間
月、火、木、土曜日は午後6時～翌朝8時
日曜・祭日は午前8時～午後6時

中央公民館の 新刊図書紹介

審判



誘拐殺人犯として懲役15年の判決を受けた柏木。しかし、刑期を終えた柏木は、「自分はあえてえん罪を被った」と主張して…。本当に無実だったのか、彼の狙いは何なのか。予期せぬラストに思わず息をのむ本格ミステリー!

深谷 忠紀

雨恋



急に海外へ行くことになった叔母の代わりに、マンションに住みこんで、2匹の猫の面倒をみることに。雨の日だけ現れる幽霊がいたのです。

松尾由美

根津あかね



どんぐりがこぶつのかげすの掛布さんに、埋めたくぐりをぬすんだとうたがわれて…。

いわむら かずお

ブランコあそびにいくんだい!



ぼくは、ブランコあそびにいくんだい。ネコのヘンリーもいっしょだ。でもねえ…。ヘンリーのいくところ、どこもかしこもおおさわぎ。

ケイト・クランチ

バスをおりたら



わたしのいえは、町からすぐとおい。でも、学校へはあるいてかよう。ときどき、バスがいえまでむかえてきてくれるゆめをみる。夏のある日、とうとうわたしは、バスにのった。

小泉 るみ

道の駅「ごか」より 鯉のぼり寄付のお礼

広報ごか4月号にて、鯉のぼりの寄付をお願いしたところ、町内22名の方から、大小計207匹というたくさんの鯉のぼりをご寄付いただき、ありがとうございました。ご寄付いただいた鯉のぼりは道の駅施設内に20匹ずつ順々に飾らせていただき、施設利用者にも大変好評でした。

お待ちしております

広報ごかでは、皆様のご意見・ご要望をお待ちしています。

あて先 町長(直通) ☎(84)1550
企画調整課広報担当
☎(84)1111(内線228)

人口と世帯

(5月1日現在)

総人口 10,018人 (-1)
男 5,059人 (+3)
女 4,959人 (-4)
世帯数 3,002世帯 (+11)
(内は前月比)

6月の納税

町民税 1期
保育料 6月分
学校給食費 2期