

けんこう
あなたのお口は健口ですか？ 〈第3回〉 最終回

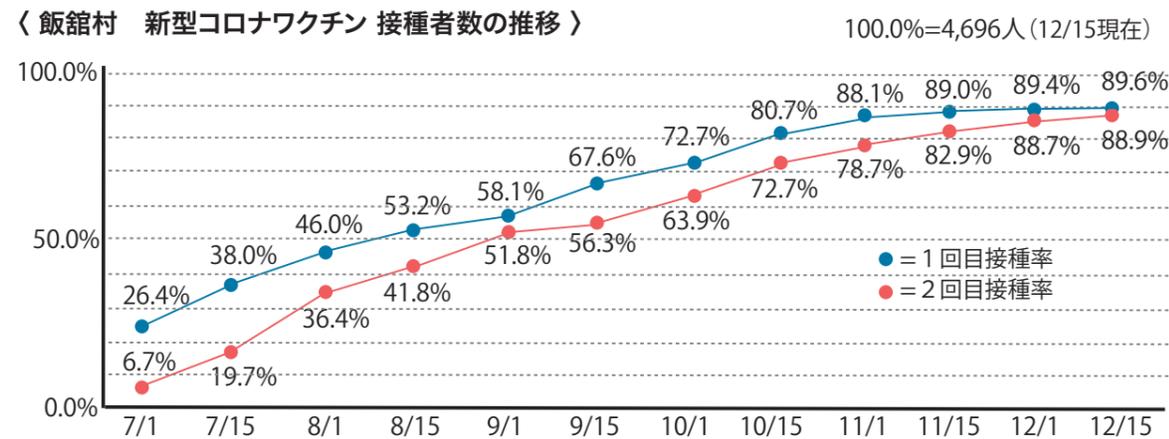
歯磨きや入れ歯のお手入れは毎食後しているでしょうか。
お口の健康は、全身の健康、生活の質も高めます。
今回はお口の健康と低栄養についてです。

- **低栄養とは**
低栄養とは噛む能力が弱くなったり食欲が低下したりする等の口腔機能の低下により食事が減り、エネルギーや栄養が不足している状態の事です。
- **お口の健康と低栄養**
歯がなかったり入れ歯が合わないまま放置したりすると固いものを避けて柔らかいものばかり食べる様になります。柔らかいものばかり食べていると噛む力が更に低下します。また、偏食となる為に栄養バランスも悪くなります。噛めないまま放置せず、歯医者さんを受診しましょう。
- **1日3食、バランス良く食事をしましょう**
1日3食規則正しく食事をしましょう。特にタンパク質が不足しないよう、肉、魚、卵、大豆製品、乳製品を毎食食べましょう。

新型コロナワクチン 接種者数の推移

飯 館村における新型コロナワクチンの接種は、12月15日現在、1回目接種を完了した村民が対象者全体の88.6%、2回目接種を完了した村民が88.9%に達しており(※下のグラフ参照)、現在は、国の方針の下、3回目の接種(追加接種)に向けた準備を進めています(※P25参照)。

新型コロナウイルスは新種のオミクロン株の感染が世界各地で拡大傾向にあり、国内での感染拡大も懸念されています。感染症対策は、気を緩めることなく、引き続き行いましょう。



問 健康福祉課健康係 (いちばん館内) ☎0244-42-1637

こども園 NEWS **までいの里のこども園 笑顔でかけ声 もちつき会**



12月2日、『までいの里のこども園』でももちつき会が行われました。この日もち米として使われたのは、村でしか作っていない「あぶくまもち」。深谷有志の会の皆さんによる餅つきが始まると、「白いの見たー!」「がんばれー!」「よいしょー!」など、元気いっぱいの声が響きわたりました。園児達は、「口大の蒸し米を食べたり、年長組が実際に餅つきを体験したりと、本物の臼と杵でつく餅つきを楽しみました。」

こども園 NEWS **9年生がこども園で保育実習 手作りおもちゃと絵本で交流** 学園 NEWS

『いたて希望の里学園』の9年生が、12月7日・8日、『までいの里のこども園』で保育実習を行いました。来園した生徒は、3歳児・4歳児・5歳児の各学級をめぐり、フェルト生地で作った指人形やボールでの遊び、絵本の読み聞かせなどを実践しました。また、園の先生から話を聞く場面では、多くの質問をして、保育活動には年齢に応じたねらいがあることや、子どもの成長を支える関わり方などを熱心に学んでいました。



ボールを使って5歳児と運動遊び。「子ども達が喜んでくれてうれしかった」

学園 NEWS **ふくしまを17字で奏でよう 小林さん親子の作品が最優秀賞**



表彰式は12月11日に福島市で行われました

「ふくしまを十七字で奏でよう 絆ふれあい支援事業」は大人と子どもが一つのテーマで詠み合う十七字の作品を募集する県の事業です。4万2000組を超える今年度の応募の中から、『いたて希望の里学園』の小林桃さん(6年生)と母親・智美さんの作品が、「ふるさと」部門で最優秀賞を受賞しました。表彰式では、作品の発表に合わせて桃さんが、大雷神社のお祭りや人のあたたかさなどを村のよさとして紹介しました。