



▲劇のようす



▲かわいいぬいぐるみに子供たちも楽しそう

6月26、27日、草野・飯樋両幼稚園で歯科指導教室が行われました。
このうち、27日に飯樋幼稚園で行われた教室では、キリン、パンダ、タヌキ、怪獣などかわいらしい着ぐるみを使った劇が在宅歯科衛生士、役場保健福祉課職員によって行われ、虫歯になった怪獣を、歯医者さん

が助けるというストーリーで食後に歯みがきをする習慣の大切さを訴えていました。
劇終了後、子供たちは、ステージの歯医者さんやキャラクターたちから歯ブラシのプレゼントをもらって、食べたら歯磨きをすること

幼稚園で歯科指導教室

かわいいキャラクターが熱演



▲いちばん館での検診はどうですか

5月27日から6月7日の日程で、いたてホームとなりの活性化センター「いちばん館」で成人病検診が行われました。
昨年まで各地区の集会所等で行われていた成人病検診ですが、この春のいちばん館開所に伴い会場を1箇所に変更しての検診となりました。
いちばん館には早朝か

ら該当する行政区住民や企業の社員らが次々に訪れ、心電図や血液検査などを受けていました。
受診した住民からは、「広々とリラックスして受診できた。」「検診後の味噌汁がおいしかった」等の声が聞かれました。
今年の基本検診受診者は1,609人で受診率は55・8%でした(13年度1,580人、受診率56・6%)。

いちばん館で初の成人病検診

むし歯ゼロで大きくなってね

14年度から2歳6カ月児健診開始

6月19日、いちばん館で2歳6カ月児健診の第1回目が行われ、15人が受診しました。この健診は、3歳5カ月児健診で、むし歯の子供が多いところから、もっと早い時期

から健診を実施しようとして今年から始まりました。健診では、身長、体重測定のほか、歯の健診が重点的に行われたほか、簡単に作れる「歯にいい」おやつを試食も行われました。



▲はい、お口をみせて
(おやつは、下記の「旬の食卓」で紹介しています。)

今回の健診の結果では15人中むし歯がない子はわずか2人でした。

保健師さんから



子供のむし歯をなくすために、健診ばかりでなく家庭でのおやつの食べさせ方、歯磨き等根本から考えてゆかなければならないことが多々あるようです。口の中がいつも食べかすがある状態が、いちばんむし歯になりやすい状態です。おやつをあずけておけばおとなしいから、仕事ができるから、そんな気持ちで子供のむし歯を作っていますか。子供の成長過程の中で今何が必要で必要でないか、選んであげられるのは周りにいる大人なのです。お子さんの大事な歯を守ってあげてください。

旬の食卓 ちょこっと作ってみよう

◆かぼちゃの寒天寄せ◆

- ①かぼちゃ……………250g
- ②牛乳……………400cc
- ③粉かんてん(1袋500cc分) ……5g
- ④バニラエッセンス……………小さじ2
- ⑤メープルシロップ……………20cc
- ⑥塩……………少々

○かぼちゃは風邪や肌荒れ、むくみ、血行促進に効果があります。もちろん皮や種、わたの部分も食べられ、それぞれに身にはないすばらしい効能を持っています。ぜひ、いろいろな調理法でかぼちゃをまるごと食べて、夏バテを予防しましょう。

- ・かぼちゃの他に、サツマイモなどで作ってもおいしいです。
- ・ミキサーのあるかたは、レンジにかけたかぼちゃと牛乳をなめらかになるまでまわすと、プリンのような感じになります。



◎作り方

1. かぼちゃの身を角切りにして、バニラエッセンスとほんの少しの「お塩」をふり、ラップをしてレンジで3分。
2. 牛乳に粉寒天を加え、火にかけて、沸騰させて、かぼちゃ、エッセンス、シロップを加える。
3. あら熱をとり、カップなどの容器に入れ、冷たくしてから食べましょう。

はポイントです!!