

# 子育て講座情報

## 子育て支援総合センター (めばえ)からののお知らせ

問・申

子育て支援総合センター  
☎ (71) 3377  
休館日 6/4・11・18・25

子育て支援総合センターでは、絵本や保護者向けの本を貸し出しています。

ご希望の方は、貸出用ノートに必要事項をご記入の上ご利用ください。

新たにDVDも用意しました。お気軽にお声かけください。



めばえには、お子さん用の小さいトイレや補助便座がありますので、つどいの広場で遊びながら、トイレトレーニングを無理なく進めることができます。

ちょっとしたコツを子育てコンシェルジュや子育てアドバイザーがアドバイスさせていただきます。また、他のお子さんの姿がお手本となる場合もありお子さん自身「やってみようかな?」というきっかけにもなります。

ぜひ、ご活用ください。

つどいの広場・講座情報については広報おおいそお知らせ版をご確認ください。



東部つどいの広場 (会場は広報お知らせ版をご確認ください。)

イベント	対象	日程	時間	備考
親子製作	未就学児と保護者	6/22 (木) ~ 7/7 (金)	10:00~15:00	七夕かざりを作っておうちに飾ってみてはいかがですか

**知っていますか? 歯の役割**  
歯の最も大きな役割は、食べ物を噛んで消化しやすくすることです。しっかりと栄養をとることに加えて、だ液が口腔内を清潔に保ち、気になる口臭を防いだり、元気な笑顔を作ったりします。

こんにちは

保健師です

せることが可能です。  
今年度は、対象年齢を従来の40, 50, 60, 70歳になる方に加えて、41, 42, 43, 44, 45歳になる方にもご案内しています。この機会をぜひご活用ください。  
**毎日の手入れと定期的な健診を受けましょう!**

**噛むことの効果**  
「卑呼の歯がいーぜ」  
肥満を防ぐ  
味覚の発達  
言葉の発音がはっきり  
脳の発達  
歯の病気を防ぐ  
がんの予防  
胃腸の働きを促進  
全身の体力向上と全力投球  
このように、良く噛むことは全身の健康と深く関わっています。(8020推進団体HPより)

### 歯科健診の結果

昨年度、歯周病の早期発見をめぐした、成人歯科健診では、8割以上の方に歯周病などの兆候が見られました。歯周病が進むと、歯ぐき等に細菌が増殖して出血したり、歯がぐらぐらして抜けてしまいます。早期であれば、正しい歯みがきを続けることで、健康な状態へと改善さ

かかりつけ医と同じように、かかりつけ歯科医を持つことをお勧めします。定期的な健診を受けることで、早期発見・早期治療につながり、また、毎日の歯みがきが適切にできているかのチェックと、歯みがきだけでは除去しきれない歯石を取り除くことにより、歯周病を予防することができま

また、タバコは、歯ぐきの血液の流れを悪くさせることから、歯周病を悪化させる原因となります。歯を失う前に喫煙の習慣を見直してみま

6月4日(日) 保健センターで「歯の健康フェスタ2017」を開催します。無料の歯科健診のほか、楽しい催しが盛りだくさん!家族みんなで自分の歯を見直してみませんか。

☎ 内線345 吉田