

図書館

☎0794-37-4500
☎0794-37-5362

7月の休館日
5・12・20・
25・26日

としよかんまつり

ボランティアグループによる人形劇、パネルシアター、紙芝居、絵本の読み聞かせ、ストーリーテリング、絵本の展示を行います。

▼日時 7月17日(土)
1回目 午前10時～
2回目 午前10時40分～
3回目 午前11時20分～

▼場所 中央公民館2階

※詳しくはポスターなどをご覧ください。

手づくり会

「ゆらゆら風鈴をつくらう」

▼対象 小学生以下

▼日時 7月10日(土) 午後2時～3時

▼場所 2階学習室

▼費用 無料

▼申し込み 6月29日(火)から図書館で受け付けます。(先着40人)

▼ビデオ放映

▼日時 毎週土曜日 午後3時30分～4時

▼場所 2階視聴覚室

ビデオプロジェクター映写会
『のどか森の動物大作戦』

▼日時 7月11日(日) 午後2時から約70分間

▼場所 2階視聴覚室

おはなし会

▼日時 7月3日、24日、31日
いずれも土曜日 午後3時～3時30分

▼場所 2階視聴覚室

絵本を楽しむ会

親子いっしょに絵本を楽しむ会を開いています。

▼日時 毎週火曜日 午前11時～11時30分

▼場所 1階児童図書コーナー

☆第1火曜日(6日)は、だっせのおっちゃん紙芝居を2階視聴覚室で行います。

ヘッドホン

カセットブック(絵本)によるおはなしをヘッドホンで聴くことができます。

▼日時 毎週水曜日、金曜日、日曜日 午前11時～正午、午後2時～5時

▼場所 1階児童図書コーナー

コミセンでおはなし会

●野添コミセン 7月14日(水)
午後3時30分～4時

1日図書館員大募集!



図書館では、図書館の仕事により理解していただくために、町内の小学生・高校生を対象とした1日図書館員を募集します。

▼日時
◎小学生 7月22日(木)
午前9時40分～午後3時
◎高校生 8月5日(木)
午前9時40分～午後3時

※昼食は各自でご用意ください。

▼対象 町内在住の小学6年生8人までと、町内在住高校2年生4人まで。応募多数の場合は抽選します。

▼募集期間 7月1日(木)～8日(木) 午後6時まで

▼申し込み 申込書に記入のうえ、図書館2階の事務所まで。

開館時間が変わります

7月1日(木)～8月31日(火)の間、開館時間を午前9時30分に変更します。

第50回青少年読書感想文全国コンクールの『課題図書』紹介

	《図書館蔵書冊数》	《図書館蔵書冊数》
【小学校低学年向】	<ul style="list-style-type: none"> ・しゅくだい (宗正美子・原案/いもとようこ文・絵) …… 8冊 ・きつねのかみさま (あまんきみこ・作/酒井駒子・絵) …… 8冊 ・このはのおかね、つかえます (茂市久美子・作/土田義晴・絵) …… 8冊 	<ul style="list-style-type: none"> ・エドウィナからの手紙 (スーザン・ボナース・作/もき かずこ・訳/ナカムユキ・画) …… 5冊 ・モギ・ちいさな焼き物師 (リンダ・スー・パーク・著/片岡しのぶ・訳) …… 5冊 ・食べ物と自然の秘密 (西谷 大・著) …… 5冊
【小学校中学年向】	<ul style="list-style-type: none"> ・ちびねこグールのぼうけん (アン・リベトリ・作/大社玲子・絵/古川博巳・黒澤優子・訳) …… 8冊 ・ずいといん先生と化けの玉 (那須正幹・文/長谷川義史・絵) …… 8冊 ・よみがえれ、えりもの森 (本木洋子・文/高田三郎・絵) …… 8冊 	<ul style="list-style-type: none"> ・オレンジガール (ヨースタイン・ゴルデル・著/猪苗代英徳・訳) …… 3冊 ・博士の愛した数式 (小川洋子・著) …… 3冊 ・正伝野口英世 (北 篤・著) …… 3冊
【小学校高学年向】	<ul style="list-style-type: none"> ・すてねこタイガーと家出犬スポット (リップ・フローデ・作/木村由利子・訳/かみやしん・絵) …… 8冊 ・海で見つけたこと (八東澄子・作/沢田としき・絵) …… 8冊 ・救出：日本・トルコ友情のドラマ (木暮正夫・文/相澤るつ子・絵) …… 8冊 	

土 郷資料館

☎0794-35-5000
☎0794-36-0135

7月の休館日
5・12～16・
20・25・26日

親子で楽しく古代体験!

小学生、中学生の皆さん、古代の人になって親子で古代体験をしてみませんか。

【土器作り】

土器焼きも体験できます。また、窯だしが楽しめます。

▼日時 7月3日(土)・4日(日) 午前10時～午後4時

▼費用 千円

▼定員 両日とも先着25人(先着人数は子どもの人数です)

※土器焼きは7月31日(土)、窯だしは8月1日(日)です。

すぐできる古代体験!

誰でもすぐに古代体験ができます。当日申し込んでください!

▼日時 7月10日(土)・17日(土)・18日(日) 午後2時から約2時間

【おが玉作り】

白く柔らかな石を使って、古代のアクセサリーを作ります。小さい丸玉も作れます。

▼費用 300円

【土器作り】

粘土1kgで土器を作ります。

▼費用 500円

大人も楽しもう! 古代体験!

【土器作り】

土器焼き、窯だしも体験しましょう。

▼日時 7月11日(日) 午前10時～午後4時

▼費用 千円

▼定員 先着25人。

※土器焼きは7月31日(土)、窯だしは8月1日(日)です。

各体験とも、電話・FAXで随時申し込みを受け付けています。

中央公民館

☎0794-37-6980
☎0794-35-5735

7月の休館日
17・18・19日

木彫り無料体験教室生募集



木彫り自分だけの可愛い「つぎの壁掛け」を作ってみませんか。仕上げまで丁寧に指導します。

初めの方もお気軽に、当日直接教室にお越しください。彫刻刀は教室で準備しています。

▼日時 7月8日(木)・22日(木) 午前9時30分～正午

▼材料費 2千円

サークル生募集

木彫クラブ生募集

木彫で自分を表現してみませんか。仲間とともに木彫の楽しさを体験しませんか。

▼日時 第2・4木曜日 午前9時30分～正午

▼場所 中央公民館 第5研修室

▼費用 会費2千円(入会金千円)

▼講師 後藤 多津江先生

▼申し込み・問い合わせ 森 高廣宅

☎0794 (35) 1868

地域史探訪講座生募集

ロマンを秘めた郷土の城郭

播磨地域は「城の博物館」といわれるほど多くの城郭が存在します。赤松一族が築いた中世の山城から世界遺産に登録された国宝姫路城まで、多種多様です。そしてそこには、昔の人たちの壮大なロマンや、時代に押し潰されていった悲劇が残されています。そのような、城郭の歴史を訪ねてみたいと思います。

▶申し込み・問い合わせ

8月31日(火)までに中央公民館へ。
※定員になり次第締め切ります。

日時	①9月25日(土) 午後1時30分～3時	②10月2日(土) 午後1時30分～3時	③11月13日(土) 午前8時30分～午後6時(予定)
内容	はりまの城の歴史	『播州太平記』に見る城	中世の城を見る 但馬・竹田城―出石城―沢庵寺(バスにて現地研修・見学)
場所	中央公民館 視聴覚室		現地研修
定員	先着70人		
費用	無料		4千円程度 (食事・バス代など)

▶講師 播磨学研究所所長・元姫路文学館副館長
きつかわ しんいち
橘川 真一先生

夏休み親子陶芸教室



▲どんな作品ができるかな

楽しい夏休みの思い出に親子で陶芸作品を創作しませんか。世界でたった一つしかない、自分だけの作品づくりに挑戦しましょう。

▼日時 8月2日(月) 午後1時～5時

▼場所 中央公民館 実習室

▼指導 陶芸教室役員

▼募集人数 小学4年生～6年生の親子20組(保護者同伴でなくても可)

※定員になり次第締め切ります。

▼材料費 500円

▼持参する物 手ぬぐい・エプロン

▼申し込み 7月15日(木)までに中央公民館へ材料費を添え申し込みください。



7月24日(土)・25日(日) 播磨町夏まつり

まつり会場へは、無料送迎バスをご利用ください。

夏まつり会場は駐車場が少ないので、会場への無料送迎バスを運行しています。役場庁舎周辺の駐車場を利用し、送迎バスをご利用ください。(係員が駐車場をご案内いたします)

バスルート

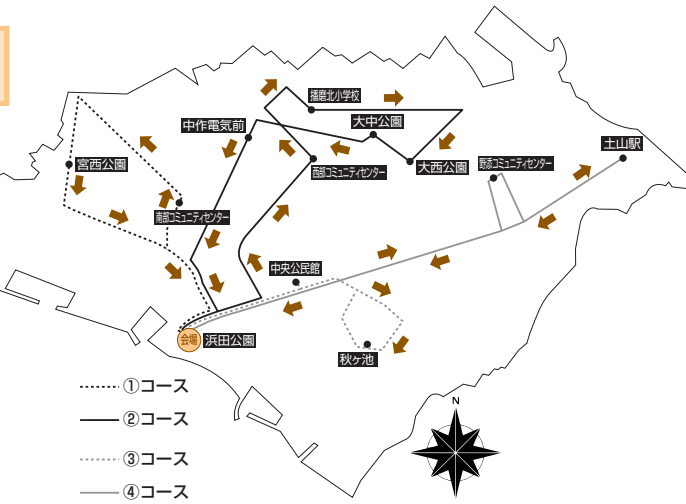
- ①コース 南部コミセン前→宮西公園入口→会場
- ②コース 西部コミセン前→播磨北小学校正門前→大西公園入口→大中公園入口→中作電気前(古田1丁目10-21)→会場
- ③コース 中央公民館←→秋ヶ池南側(西田建設西側)←→会場
- ④コース 土山駅南側広場←→野添コミセン前←→会場

▶**運行時間** 7月24日(土) 午後1時45分～午後10時

25日(日) 午前10時～午後11時

※20分から30分間隔で運行します。

▶**問い合わせ** 産業生活課 ☎0794 (35) 2364



送迎バスコース

7月24日(土)

会場	時間	内容など
新島公共ふ頭	午前10時～午後1時	瀬戸内クルージング(参加者は、事前の申込者のみです)
体育館	午前9時～午後3時	将棋大会、クロリティー大会(参加者は、事前の申込者のみです)
中央会場	午後2時～8時30分 午後4時～5時 午後3時～6時	模擬店、フリーマーケット パトカー、白バイ 魚のつかみどり など
特設ステージ	午後2時～7時 午後7時～7時30分 午後7時30分～9時	播磨南高校吹奏楽部、 応募団体などのステージ 篠山デカンショ踊り 総踊り

7月25日(日)

会場	時間	内容など
体育館	午前10時～午後5時 午後2時～3時	子ども遊具コーナー 紙ひこうき飛ばし大会※参加者は、事前の申込者のみです。
自由広場	午前10時～午後5時	ミニSL、ミニサスケ など
中央会場	午後2時～9時 午後3時～6時	模擬店、フリーマーケット 魚のつかみどり など
特設ステージ	午後2時～2時30分 午後2時30分～6時30分 午後6時30分～7時30分 午後7時30分～9時 午後9時～9時30分	アカペラ広場※参加者は、事前の申込者のみです。 応募団体のステージ 仮装大会 総踊り お楽しみ大抽選会

篠山デカンショ踊り交流バスツアー

篠山市とは、兵庫5カ国交流会議を設け住民の交流活動をすすめています。

その活動の一環として篠山市にて8月16日(月)の夜に行われる「篠山デカンショまつり」に「播磨町おどり連」として踊りに参加し交流を深めます。

▶**参加資格** 夏まつり総踊り練習会に参加された方で、一緒に篠山市でデカンショ節を踊っていただける方。年齢、性別は問いません。

▶**参加費** 500円(保険料など)

▶**応募方法** 各会場での夏まつり総踊り練習会終了後、応募用紙を配布します。応募多数の場合は抽選。

▶**申し込み・問い合わせ**

産業生活課
☎0794 (35) 2364

夏まつり総踊り練習会

「デカンショ節」を練習します。誰でも参加できます。ぜひ、この機会に覚えてみませんか?

▶**曲目** 播磨音頭、播州音頭、デカンショ節ほか

▶**練習場所・日時**

- ◎東部コミセン大会議室 7月8日(木) 午後7時～
- ◎西部コミセン多目的ホール 7月13日(火) 午後7時～
- ◎中央公民館大ホール 7月14日(水) 午後7時～
- ◎南部コミセンホール 7月15日(木) 午後7時～
- ◎野添コミセン多目的ホール 7月16日(金) 午後7時～

▶**申し込み・問い合わせ**

産業生活課
☎0794 (35) 2364



合 総 体育館

スポーツクラブ21はりま
☎0794-37-2201
☎0794-37-3382

7月の休館日

5・12・
20・26日

7月1日(木)
町民プールオープン!

▼期間 7月1日(木)～8月31日
(火)(休館日は休み)

▼時間

●午前の部
午前9時30分～12時30分

●午後の部
午後1時30分～5時

※7月17日(土)～8月15日(日)は午後6時30分まで開場

▼入場料 午前の部・午後の部
各小学生以下100円、中学生以上200円(小学生以下の入場には、16歳以上の同伴者が必要です)

☆7月1日(木)は、町民プールを無料開放します。

※行事などにより開場時間の変更、休場になることがある場合には、事前に掲示しお知らせします。



水泳タイムトライアルデイ
参加者募集!

▼日時 8月2日(月) 午前8時45分～(受け付け8時15分)

▼場所 播磨町民プール

▼対象 町内在住・在勤・在学で小学生以上の健康な人。

▼参加費 無料

▼申し込み・問い合わせ 申込用紙に必要事項を記入し、7月11日(日)までにスポーツクラブ21はりま(休館日は除く)、または生涯学習課(土・日曜日を除く)へ。

※1人3種目まで参加できます。(個人2種目、リレー1種目)

夏まつりによる
施設の一般利用について

今年も播磨町夏まつりが、総合体育館の周辺で行われる関係で、体育館関連施設を次のように一般利用は出来ませんので、協力をお願いします。

- 体育館(全館)** 7月23日(金)～25日(日)
- 浜田球場** 7月21日(水)～25日(日)
- 新島球場・望海球場・野外炊飯施設・テニスコート・はりまシーサイドドーム(全館)プール(教室は除く)**
7月24日(土)・25日(日)

施設だより

●体育館施設の受け付け・スポーツクラブの予約手続きなど
7月24日(土)・25日(日)は夏まつりのため、受付業務は行いません。

7月のバドミントンの日

▼日時 毎週水曜日
①午前9時～10時50分
②午後1時～2時50分

▼場所 総合体育館大体育室

▼費用 1人1回100円

※ラケットを持参してください。

7月の卓球の日

▼日時 毎週水曜日
午後1時～2時50分

▼場所 総合体育館中体育室

▼費用 1人100円

※ラケットを持参してください。

救急法講習開催

▼日時 7月10日(土) 午前8時50分

▼場所 総合体育館ミーティング室

▼講師 日本赤十字社兵庫県支部救急法指導員

▼内容 ①心肺蘇生法②熱射病・熱中症

③外傷の処置法

▼受講料 無料

▼定員 30人(先着順)

▼申し込み締め切り 7月3日(土)

▼申し込み・問い合わせ

スポーツクラブ21はりま

☆☆チャレンジ選手参加者☆☆

2004 チャレンジデー 5月26日(水)

金メダル獲得!

播磨町(兵庫県)
(参加者)27,122人 78.7%
(人口)34,466人

VS
松任市(石川県)
(参加者)42,796人 62.9%
(人口)68,037人

ご協力ありがとうございました。
健康づくりの輪を定着させさらに広げましょう!!

参加率ピタリ賞は、残念ながらありませんでした。クイズに当選された方は記念品を7月31日(土)までに取りに来てください。
▼場所 スポーツクラブ21はりま(総合体育館内)

山本 艶子/木村 浩子/石井 美穂/藤井 豊/山中 とみえ/藤澤 好美/田淵 紀和子/森永 瑞穂/羽納 良子/川岸 重子/近藤 文男/鳴尾 成晃/安黒 将史/村田 夏代/寺田 幸子/脇田 愛子/藤原 佳澄/松島 大起/明山 運/加藤 多津子/道廣 修/佐伯 全子/佐伯 竜也/馬島 和美/井上 秀芳/山

本 千代子/松本 真実/貞時 信子/北村 映璃/戸高 美由 喜/山下 マリ子/半田 武子/坂本 隆/高瀬 美知子/池尻 秀徳/渡辺 和子/濱口 鶴代/戎 栄子/谷川 恵美子/横野 京子/青木 加奈/藤原 義忠/佐伯 達也/平田 千代子/大西 三千代/長谷川 ようこ/播磨北 小学校/中村 喜代子/社会福祉 協議会/谷口 小夜子/高松 幸 夫/福寿 紀美代/北村 千栄 美/山田 彩加/柴田 正樹/前 田 深恵子/玉田 富美子/荒木 操/長谷川 順子/川口 夏実/白浜 義博/石澤 亨/西村 幸 喜/藤定 沙紀/橋本 有紀/石 山 由紀子/大西 正祥/小路 サト子/富山 裕子/泉 晴子/浦 真也/土井 勝代子/西本 菊枝/生田 一夫/橋立 栄/宇 田 千代子/永井 幸枝/立入 己之助/萩森 拓/坂田 洋子/森崎 絹代/町田 利夫/土山 前 老人クラブ/北野 麻里恵/梶 原 睦美/横山 まい/吉野 佐 代子/谷口 恵代/内橋 ます み/川口 拓也/高 馨/高橋 八洲子/西川 祥子/水田 み ほ/北田 都季子/君野 恭彦/田 初子/富田 美紀/大内 百合子/森野 早智子(敬称略・ 順不同)

7月の保健行事

▶問い合わせは
健康福祉課 ☎0794(35)2362

内 容	とき・ところ	受付時間	備 考 (*は持参するもの)
乳児健康診査	7日(水) 福祉会館	午後1時～1時30分	平成16年3月生まれの乳児 *母子手帳・通知書(問診票)
10カ月児健康診査	平成16年8月末日まで 播磨町・稲美町・加古川市内 の小児科(指定医療機関)	各医療機関による(要予約)	平成15年9月生まれの乳児 *母子手帳・健診受診票・保険証・乳児医療受給者証
※対象者には受診票などを郵送しますので、説明書をよく読んで、指定の医療機関に予約のうえ、受診してください。 ※対象者で受診票がない場合は、健康福祉課へ申し出てください。			
1歳6カ月児健康診査	16日(金) 福祉会館	午後1時～2時	平成14年12月～平成15年1月生まれの幼児 *母子手帳・通知書(問診票)
3歳児健康診査	9日(金) 福祉会館	午後1時～1時30分	平成13年4月生まれの幼児 *母子手帳・通知書(問診票)・早朝尿
センター健診	22日(木) 加古川総合保健センター 申し込み:加古川総合保健センター ☎0794(29)2923	午前8時30分～9時 午後1時～1時30分 (婦人科検診は午後のみ)	18歳以上の住民 <健診料> 基本診査 1,500円 肺がん(結核) 700円 胃がん 1,400円 大腸がん 1,000円 子宮がん 1,200円 乳がん 500円 骨粗しょう症検診 500円 B型・C型肝炎 1,000円
2時間人間ドック	日程は、加古川総合保健センター ☎0794(29)2923へ お問い合わせください。	午前8時30分～9時	40歳以上の住民 ①予約:加古川総合保健センター ↓ ②申し込み:健康福祉課で個人負担金(8,120円) を支払う。
両親学級	13日(火) 中央公民館	(実施時間) 午後1時30分～3時30分	出産予定のご夫婦 *母子手帳 ・ビデオ「赤ちゃん誕生」 ・妊娠中の過ごし方・妊娠中の栄養
たんぽぽ教室	第1～4木曜日 福祉会館	(実施時間) 午前9時30分～11時30分	ことばを育む親と子の遊びの教室 申し込みは健康福祉課
2歳児育児教室	12日(月) 福祉会館	(実施時間) 午前10時～11時30分	平成14年6月～7月生まれの幼児のいる親 *母子手帳
すくすく広場	21日(水) 福祉会館	午前9時30分～11時	乳幼児のいる親 *母子手帳
健康相談 栄養相談	2日(金) 福祉会館	(実施時間) 午後1時30分～3時	住民一般 保健師、栄養士が個別に相談に応じます。
リハビリ友の会	第1～4月曜日(祝日を除く) 福祉会館 第1～4水曜日 野添コミセン	(実施時間) 午後1時30分～3時15分	医療処置終了後で機能訓練希望者 (介護保険のサービスを利用しない方) 申し込みは健康福祉課

7月の保健相談 ※電話予約制のため、申し込みは加古川健康福祉事務所(旧加古川保健所)へ	
こころのケア相談 保健指導課 ☎0794(22)0003	酒害相談 保健指導課 ☎0794(22)0003
◆とき 5日(月)・26日(月) 午後1時～	◆とき 5日(月) 午後1時～
◆ところ 加古川健康福祉事務所	◆ところ 加古川健康福祉事務所
エイズ・肝炎ウイルス検査相談 保健指導課 ☎0794(22)0003	骨髄バンク登録窓口事業 薬務・生活衛生課 ☎0794(22)0184
◆とき 1日(木)・15日(木) 午前9時30分～	◆とき 7日(水) 午後1時～3時
◆ところ 加古川健康福祉事務所	◆ところ 加古川健康福祉事務所
痴ほう老人家族会 保健指導課 ☎0794(22)0003	
◆とき 9日(金) 午後1時30分～	
◆ところ 加古川総合福祉会館	
加古川夜間急病センター(内科・小児科) ☎0794(31)8051	加古川歯科保健センター ☎0794(31)6060
◆診療時間 午後9時～翌朝6時(年中無休)	◆診療日・時間 日・祝日 午前9時～正午・午後1時～4時30分
※いずれも急患を受け付けますので、不急の方はご遠慮ください。	

楽屋裏
7月に中学生が取材し、編集した「トライヤルボックス」を読んでいただけでした。しかし、「初めは緊張したけど、だんだん自信を持ってインタビューできた」と話してくれました。他にも、様々な場所でトライヤルした子どもたち。学校では学べない多くのことを学んだのではないのでしょうか。皆さんなら何にトライしてみたいですか?▼もうすぐ夏! 播磨町ではたくさん催しを予定しています。遠くに行かなくても町内で体験できる事がたくさんあります。本紙でお知らせしているように、リサイクルプラザでの催しや、新井水路を歩いて昔の人のことを学んだり、古代体験などもできます。そして夏まつり! ぜひ、ご参加ください。そして、播磨町のいいところをもっと知って、愛着をもてる「ふるさと」のまちにしたいな(ひやん)

健康情報テレホンサービス
7月

月曜日 学習障害とは
火曜日 歯が抜けたのを放っておくとうなるの?
水曜日 胃ガンの内視鏡的手術
木曜日 目に異物が入ったら
金曜日 寝たきりの方のための日常生活用具給付事業

☎0120-(979)451
http://hyogo.doc-net.or.jp/

平成16年度 県立考古博物館(夏季)先行展

「私たちの由来」 — 明石人から現代人まで —

この先行展は、兵庫県教育委員会が播磨町教育委員会や「考古学者」の皆さんとともに企画・立案し、協同で実施するものです。今回は、「私たちの由来」というテーマで「明石(原人)」の現時点での評価と、現代人の形質に大きな影響を与えた「縄文人」と「渡来系弥生人」・「古墳時代人」についての展示会と3人の講師による考古・人類学教室を開催します。

展示会「私たちの由来」

私たちの祖先は、いつから兵庫の地に居住するようになったのでしょうか。県下で最古の遺跡は、春日町七日市遺跡の旧石器時代のムラです。そして、神戸市垂水日向遺跡の縄文人の足跡、神戸市新方遺跡や玉津田中遺跡の弥生人骨などから、私たちに伝えられた形質を考えてみませんか。また、未来の兵庫人も想像してください。

▶日時 7月17日(土)～9月5日(日)
午前10時～午後6時

▶場所 郷土資料館

考古・人類学教室

展示会と併せ、「明石人」・「縄文人と弥生人」・「古墳時代人」について学界の到達点を、著名な研究者の先生にやさしく解説していただくための教室を開きます。『骨考古学』の楽しさについてもぜひ学んでみてください。

▶日時 7月31日(土)・8月8日(日)・8月21日(土)
午後2時～4時

▶場所 中央公民館 視聴覚教室

▶講師 春成秀爾氏・片山一道氏・清家 章氏

すこやか健診・すこやかがん検診

いよいよ夏本番、この暑い季節を乗り切るためにも年に1度の健康チェックをしよう。

すこやか健診 健診受診票を郵送しますので、近くの医療機関で受けてください。役場への申し込みは不要です。

期間 7月1日(木)～7月22日(木)
対象者 65歳以上の方(平成17年3月31日までに65歳になる方を含みます)

健診内容 身長・体重・血圧・血液検査・尿検査・心電図

すこやかがん検診 下記まで電話で申し込みが必要です。

対象者 65歳以上の方(平成17年3月31日までに65歳になる方を含みます)

検診内容 肺がん検診(結核検診を含みます)・胃がん検診
大腸がん検診

日程
◎7月8日(木)・10日(土) 南部コミセン
◎7月13日(火)・14日(水)・15日(木) 福祉会館
◎7月21日(水)・22日(木)・23日(金) 蓮池小学校体育館
受付時間 午前9時～11時15分。ただし、下線のある日程については午後1時～2時30分も実施します。
申し込み時に受診時間を予約してください。

子宮がん検診と乳がん検診

日時 8月4日(水)・8月9日(月)・26日(木)
午後1時～2時30分

場所 加古川総合保健センター(役場から送迎バスがあります)

申し込み・問い合わせ 加古川総合保健センター
☎0794(29)2923

保健だより

第53回母子のよい歯のコンクールに参加して

田中 悦子さん・純治くん(野添)



私たち親子は、5月28日(金)に加古川歯科保健センターで行われた「母と子のよい歯のコンクール」に参加しました。参加したきっかけは、昨年11月に3歳児健診を受けた際に、子どもも私もむし歯がなかったため、出場を薦められたことでした。当日は加古川市、高砂市、播磨町、稲美町の中から17組の親子が参加しました。問診や診察があり、審査が行われている間、歯科衛生士さんのお話を聞くこともできましたので、歯科衛生士さんから教えて頂いたことを少し書くことと思います。

まず、子どもは歯を一人で磨くことはできないので、必ず仕上げ歯磨きをしてあげることです。その際に子どもは自分で歯の表面しか磨けないので歯の裏側をよく磨いてあげるといいそうです。その時歯ブラシは、鉛筆持ちをするところのように力加減で磨いてあげることができるといいます。

次に、むし歯の原因になりやすい食べ物にはチョコレート、ガム、中でもキャンディだそうです。やはり甘いものはむし歯になりやすいです。そして、食事の面ではバランスよく、子どもは歯を一人で磨くことはできないので、必ず仕上げ歯磨きをしてあげることです。その際に子どもは自分で歯の表面しか磨けないので歯の裏側をよく磨いてあげるといいそうです。その時歯ブラシは、鉛筆持ちをするところのように力加減で磨いてあげることができるといいます。

今回はいい経験をさせて頂きました。私にはまだむし歯のない1歳7カ月の子もいます。これから親子でむし歯ゼロを目指して頑張っていきたいと思えます。

私は生まれて一度もむし歯にならなかったことがあります。小学生までは、親に定期的に歯医者さんに連れて行かれていました。でもその後も歯が痛くなることもなく、現在に至っています。私も3歳の時に他県ですが、歯のコンクールに出たことがあります。

今回はいい経験をさせて頂きました。私にはまだむし歯のない1歳7カ月の子もいます。これから親子でむし歯ゼロを目指して頑張っていきたいと思えます。