

みんなでつくろう大船渡 市民活動の輪 —第55回—

大船渡市商店街の活性化を願い、1999年8月に実行委員会を立ち上げました。高知県で行われている「よさこい祭り」を参考にしながら、アレンジを加え、企画し



華やかな演舞の様子

市は、ともに協働するまちづくりを目指しています。このコーナーでは、大船渡市民活動支援センター協力のもと、市内の市民活動団体やイベント情報などを紹介します。第55回は、Kesenよさ恋フェスタ実行委員会の紹介です。



■2018 Kesenよさ恋フェスタのお知らせ
今年もたくさんさんの感動をお届けします。どうぞ皆さんでお出かけください。
▽期日 10月28日(日)
▽時間 午前10時～午後4時
▽会場 リアスホール
▽入場料 500円
※入場料は当日に会場でお支払いください。
▽問い合わせ先
Kesenよさ恋フェスタ実行委員会
【担当 村上さん】 ☎090・4047・0133

いきいき！健康講座

163

乳歯ケアのポイント

1歳6カ月から3歳頃の幼児の口の中は、次々と乳歯の奥歯(乳臼歯)が顔を出し、20本の乳歯が生えそろう、乳歯列が完成する重要な時期です。発達に即した食事を与えることで、そしゃく機能(食べ物を噛み砕く力)を身に付けさせること、さらには乳歯をむし歯にしない生活習慣を獲得することが、子どもの歯を守ることに繋がります。

■幼児期前半(1歳6カ月～3歳頃)のそしゃく機能を身に付けるための食事のポイント

- ①手づかみ食べをしながら、スプーンなどの食具を使う。
- ②水分をコップから飲める。
- ③スプーンやフォークは使えるが、箸はまだ難しい。

④子どもの口の状態(乳臼歯の生え方など)に合った、一口量にする。
⑤調理形態は、子どもの乳臼歯の生え方によって変える。乳臼歯が生えていない時は、火を通したニンジンスティックや焼きうどんなど、奥歯の歯茎でも噛み潰せるものにします。

乳臼歯が生えており、食材をしっかりと噛めている子は、歯を使って噛み砕くことのできる調理形態にします。

月齢が大きくても、歯の生え方がゆっくりなお子さんもありますので、「子どもの乳臼歯が生えていて、しっかりと噛めているか」を確認しましょう。

■乳歯をむし歯にしない生活習慣を獲得するために

家庭では、歯が生えるまで積極的な歯磨きが必要ありませんが、生えてから急に始めると嫌がる場合もあります。

生える前から、機嫌の良い時に口の周りをきれいな指で触れたり、生え始めたら湿らせたガーゼで汚れを拭き取ることから始めて、遊びながら練習しましょう。

そうすることで、家庭での歯磨き習慣ができ、自然と「歯磨きをする」という習慣が身に付きます。

大人が行う仕上げ磨きは、歯垢の除去が目的ですので、乳歯が1本でも生えたら仕上げ磨きを始めましょう。

初めのうちは1日1回、慣れてきたら食後に行うことが基本です。

乳臼歯が生えてきたら、特に就寝前は丁寧に磨いてあげましょう。

■おわりに

乳歯が生えそろう重要な時期に、発育発達に即したケアや関わり、適切な食事です子どもの歯を守ることができます。気仙管内は、子どものむし歯が多い地域です。幼児期からの関わりでむし歯を予防し、一緒に子どもの歯を守りましょう。

▽問い合わせ先

健康推進課 ☎01581

子育て日記

320



■石倉弘太郎・智子さん夫妻のお子さん
(盛町字みどり町)

いしくら だいき
石倉 大輝 くん(1歳)

●お子さんへのメッセージ

強くたくましく育ってね！
(お父さん・お母さんより)

●今後のまちづくりに望むこと

公園の遊具をもっと充実していただけたらうれしいです！

《募集中》「子育て日記」に掲載する小学生ぐらいまでのお子さんを募集しています。応募方法など、詳しくはお問い合わせください。

▷あて先／問い合わせ先

〒022-8501(住所記載不要)
秘書広報課広聴広報係 ☎内線210

(17) 広報大船渡 30.10.5(No.1136)

▷問い合わせ＝市役所 ☎0192⑦3111

市民活動インフォメーション

みんなで一緒に学ぼう会～その54～ 「広報づくりのいろは」

- ▷期日＝10月31日(水)
- ▷時間＝午後1時30分～3時30分
- ▷会場＝大船渡市市民活動支援センター(サン・リア2階)
- ▷内容＝地域や団体の広報や便りなどの作り方、基本的な考え方や構成などを学びます。
※パソコンは使用しません。
- ▷講師＝NPO法人陸前高田まちづくり協働センター 種坂 奈保子さん
- ▷参加料＝無料
- ▷定員＝15人



▷問い合わせ先＝大船渡市市民活動支援センター ☎⑦5702

「働きたい！」若者を応援します 若者支援「おおふなとルーム」

- これから働きたい、もしくは現在就職活動中の39歳までの若者およびその保護者、関係者などのご相談・支援をします。
- ▷期日＝10月17日(水)、毎月2回開催
- ▷時間＝午前10時～正午(セミナー・チャレンジワークなど)、午後1時～3時(個別相談)
- ▷会場＝シーパル大船渡
- ▷内容＝セミナー・チャレンジワーク・個別相談など
- ▷その他＝事前予約が必要となります
- ▷運営主体＝岩手労働局厚生労働省地域若者サポートステーション事業「いちのせき若者サポートステーション」



■大船渡市市民活動支援センター ※フェイスブック、ブログ、ツイッターを随時更新中

▷所在地＝盛町字町10-11(サン・リア2階) ▷電話＝⑦5702 ▷Eメール＝shimin@ofunatocity.jp

▷時間＝午前10時～午後6時【月～土曜日(祝日を除く)】 ▷ホームページ＝http://ofunatocity.com/

(16)