

市民活動の輪

—第43回—



吉浜教えの里プロジェクト

■奇跡の集落

明治と昭和の天津波の教訓から、先人の知恵と努力により高台への集団移転を成功させた奇跡の集落、吉浜地区。その良さを紹介しながら観光産業の発展につながるよう活動しています。

吉浜教えの里プロジェクトは先人たちの教えを通して地域振興やまちづくりを目指します。

■私たちの活動

○吉浜地区の津波名所等を案内するガイド事業
吉浜の史跡巡りや、東日本大震災の津波被災体験の語り部など、学びのツアーやガイド勉強会などを行っています。

○吉浜地区の良さを発信する情報発信事業
ホームページやフェイスブックで情報発信しています。

○震災学習テキスト「吉浜のつなみ石」の出版事業
東日本大震災で地域の被害を最小限にとどめた、先人の教えを今後の防災に生かしてもらおうと「吉浜のつなみ石」を出版。また、旧郵便局舎の保存や活用につながるよう「もも色ゆうす」。



白木沢一里塚の看板

○「つなみ石」の出版事業
東日本大震災で地域の被害を最小限にとどめた、先人の教えを今後の防災に生かしてもらおうと「吉浜のつなみ石」を出版。また、旧郵便局舎の保存や活用につながるよう「もも色ゆうす」。



日本一小さなお店

■今後の予定

○お節姫学習旅行
10月29日(日)、石巻市北上町に行つて、お節姫が事件を起こした屋敷跡を見学したり、駆け落ちした逃避行ルートをたどったりします。江戸時代から湯治湯として有名な追分温泉で旅の疲れを癒やします。お節姫の恋の逃避行と温泉の旅に参加してみませんか。

▽問い合わせ先
吉浜教えの里プロジェクト
【事務局長】小松則也さん
(☎090・7931・6302)

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いたします。第43回は、「吉浜教えの里プロジェクト」の紹介です。

市民活動インフォメーション

大船渡海洋少年団 団員を募集しています

大船渡海洋少年団は、岩手県唯一の海洋少年団として、「海に親しみ、海に学び、海に鍛える」をモットーに活動しています。

海が好きな子どもたちを募集していますので、お気軽にお問い合わせください。

▷活動内容=客船入港時の手旗信号、海上保安庁、海上自衛隊の船やシーカヤック、ヨット、クルーザーの体験乗船、キャンプ、釣り体験など

▷活動日=毎月1~2回、日曜日の午前中

▷会費=月500円

▷その他=制服は無償提供します

▷問い合わせ先

大船渡海洋少年団事務局【新沼さん(☎090-8925-5520)】

みんなで一緒に学ぼう会~その43~

「助成金 獲得術」

▷期日=10月26日(木)

▷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

▷内容=助成金を申請することの意味、申請書の書き方のポイント、申請書を書いてみよう(ワーク)

▷講師=大関輝一さん(NPO法人みちのくふるさとネットワーク)

▷参加料=無料

▷問い合わせ先

大船渡市市民活動支援センター

(☎☎5702)

■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

(16)

▷所在地=盛町字町10-11(サン・リア2階) ▷電話=☎5702 ▷Eメール=shimin@ofunatocity.jp

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

いきいき！健康講座

157

子どもの虫歯を予防しましょう

■虫歯ができる3つの条件

虫歯は、口の中の虫歯菌(ミュータンス菌)が、糖分を利用してプラーク(菌垢)をつくり、そこに細菌が集まって歯のエナメル質を溶かす酸をつくることでできます。「口の中の虫歯菌」「糖分」そして「歯にプラークをつけたまま時間が経過する」の3つの条件が重なって、虫歯ができます。

虫歯菌は、身近な人の「だ液」から感染するため、直接だ液が子どもの口の中に入らないようにすること、周囲の人も口内をきれいに保つことが大切です。大人がかんだ食べ物を与えたり、箸やスプーン、歯ブラシを共用したりすると感染の原因になります。

■いつ頃から歯磨きを始めた方がいい?

歯磨きを始める目安は、6~8カ月くらいで下の前歯が生え始めたときです。この時

期は離乳食を初めて間もない頃で、だ液によって洗い流されるので、まだ汚れはつきにくい時期です。離乳食の後に麦茶や湯冷ましを飲ませたり、ガーゼ磨きをしましょう。慣れてきたら、歯ブラシを軽く歯に当てたり、そっと動かしたりしてみましょう。

上下の前歯が生えそろう時期は1歳頃です。この時期は上の前歯はだ液が届きにくいので、汚れたままになりがちです。1日1回、機嫌のいいときに磨いてあげましょう。

■虫歯になりやすい歯

上下とも、歯と歯ぐきの境目はプラークがつきやすいところ。また奥歯の溝もプラークをしつかり当てないと汚れは取れません。この部分はとくにしっかりと磨きましょう。

■虫歯を予防するために

1. 食生活

・食べ物をよくかんで食べることで、だ液の量が増え虫歯を予防するだけでなく、

歯茎が自然にマッサージされるため歯周病予防にもつながります。

・丈夫で硬い歯を作るためには牛乳、乳製品、魚介類、野菜、果物などからビタミンやミネラルなどをバランスよく摂取しましょう。

2. 仕上げ磨き

・幼児期は仕上げ磨きが大切です。また、奥歯などは子どもだけでは汚れが取れにくいので、小学校中学年以降でも一人で磨けるようになるまでは、保護者の仕上げ磨きが必要です。幼児期から上手な仕上げ磨きの習慣を身に付けましょう。

3. 定期的な歯科受診

・定期的な検診や、虫歯予防や歯並びについて相談できるかかりつけの歯科医がいると安心です。虫歯がなくても年に3~4回は受診し、汚れを取ってもらったり、歯磨きの指導を受けたりするとよいでしょう。

▽問い合わせ先

健康推進課母子保健係

(☎☎1581)

子育て日記

308

■木下啓悟・弘子さん夫妻のお子さん
(大船渡町字砂子前)

きのした 優奈 ちゃん(6歳)/写真右
ひな 陽菜 ちゃん(4歳)/写真左

●お子さんへのメッセージ

大きくなっても仲良くね♡
(お父さん・お母さんより)

●今後のまちづくりに望むこと

子どもの声をもっと反映してほしいです。

▷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212)



◀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。

(17) 広報大船渡 29.10.5(No.1112)

▷問い合わせ=市役所☎0192☎3111