

むし歯予防は家族ぐるみで

六月四日から十日は「歯の衛生週間」

最近、むし歯に対する関心が高まっています。むし歯は、いったんできると元どおりにはならず、良い金属や樹脂を詰めても丈夫な歯には、かないません。また乳歯のむし歯は、生えかわるからと放っておくと、むし歯の永久歯が生えてきます。早く治療しましょう。むし歯の原因には「バイ



年に1度は定期検診を

子どものむし歯は、進行が速いのが特徴です。そのうえ一度に数本が、むし歯になることが多いのです。また子どもの歯は歯質が薄く、治療しにくく、歯が腐りやすいため、ふだんからの予防が何より大切です。少なくとも年に1度は、歯の定期検診、を受けましょ

菌がむし歯をつくる」、「生まれつきむし歯になりやすい人がいる」、「甘い物をたくさん食べるとむし歯になる」などがあげられますが、むし歯の成り立ちは、甘い物を食べる、「コップカスミュータン」が繁殖し、酸を作り、歯の質を溶かしてしまふことです。そこで、むし歯をつくらないために、次のことにご注意ください。

- ①：歯の質を強くする（カルシウムやリンなどを含む牛乳・小魚類を多く取り、バランスのとれた食事を心掛けましょう）
- ②：間食の時間を決め、甘い物を控える（甘味を抑えた手作りおやつなど、歯が砂糖づけにならない工夫が必要です。歯につきにくい「カップリングシュガー」を使うのもよいでしょう）
- ③：歯みがきをする（口の中に食べかすが残らないように「食べたら磨く習慣」をつけましょう。歯の裏側や歯と歯の間など磨き残しのないよう確かめてください）

むし歯を予防するには、子どもだけでなく、大人が手本となって気を付けることが大切です。

児童手当の現況届を忘れずに

児童手当を受給している人は、毎年六月末日までに年一回の現況届を提出することになっています。この届け出を



民謡で楽しく交歓会

新津民謡部の皆さんが、さきごろ福島県の相馬市を訪れ、民謡交歓会を行いました。交歓会では、新津側から「新津松坂」や「佐渡おけさ」などを披露。相馬市側からは、相馬民謡研究保存会の皆さんが「相馬流れ山」などを披露したほか、お互いに踊りの講習会を行いました。

教育相談

青少年育成相談センターでは、次のように「教育相談」を行い、小学生から高校生までの青少年（本人または保護者の対象に、悩みや心配ごとなどの相談を受け付けます。

- 持参するもの：印鑑と厚生年金の証書番号の控え（本年一月一日以後転入した人は、前住所ででの児童手当用の所
- 移動「教育相談」

とき：六月十五日（水）の午後一時三十分～四時

ところ：山谷町二・三丁目会堂

定期「教育相談」

とき：六月八日（水）、十五日（水）、二十二日（水）、二十九日（水）の午前九時三十分～午後四時

ところ：図書館読書会室

お買物、ご用命は市内で

旅行のご用命は市内の日鉄旅行社へ

●北海道々南の旅 雄大な自然と原生美のくに
6月28日⑩～7月1日⑪（3泊4日）

費用／新津から72,870円。 人員45名さま
出発／6/28列車16:40～ 帰リ7/1新潟着飛行機17:10分
見どころ…雪印乳業・支笏湖畔・白老・熊牧場・地獄谷
オロフレ峠・昭和山・洞爺湖・札幌ビール

さんふらわあで水と緑の雄大な自然景観（約2時間）

●瀬峡探勝と那智山めぐりの旅

6月17日⑩～6月19日⑪（2泊3日）

費用／新津から59,780円 人員50名さま
6/17新津12:51分発 6/19新津22:03分着
見どころ…瀬峡・那智の滝・那智大社・橋杭岩
新津駅旅行センター 2-5470
お申し込みは 共催 日鉄旅行社 2-0951