

スローガン

「油断せず いつも心に 初心者マーク」

「夜の道 安全サイン 反射材」

交通渋滞時も冷静に ルールとマナーを守りましょう



交通事故防止の徹底を図ることを目的とする「秋の全国交通安全運動」が9月21日(金)から30日(日)の間、実施されます。

秋の行楽シーズンによる交通量の増加等に伴い、事故の多発が予想されます。1人ひとりが交通ルールとマナーをしっかり守り、交通事故の防止に努めましょう。

町生活環境課生活安全班 ☎(70)0387

秋の全国交通安全運動を実施

事故の防止を目的として正しく交通ルールとマナーを徹底

町民のふれあいと 新鮮な地場産品が集う祭典

産業文化祭産業の部は10月20日(土)に開催



町の産業や文化を通して町民のふれあいの輪を広げよう

町の魅力あふれる秋の祭典、産業文化祭が今年も開催されます。産業の部では、地元ならではの新鮮な農産物や海産物がずらりと並びます。皆さんで美りの秋とまちの魅力満喫してみませんか。

と、産業文化祭産業の部が10月20日(土)に開催されます。みどりが丘3丁目広場を会場として、新鮮で質の高い地場産品の販売等を行います。また、各種団体の展示や販売、大抽選会等楽しい企画も盛りだくさん。ぜひ、ご家族やご友人をお誘い合わせのうえ、お越しください。

産業の部 出店希望者募集

私企業による出店はできません。

▼申込方法Ⅱ印鑑を持参のうえ、申し込み

※応募多数の場合は抽選

第3回地域福祉計画策定委員会の傍聴者を募集

町では、誰もが住み慣れた地域で助け合い・支え合う地域社会の実現を目指し、「町地域福祉計画」の策定を推進するため、「町地域福祉計画策定委員会」を開催しています。今回は、計画の骨子(案)を策定委員会で審議します。

- ▶日時=9月21日(金)16時~
- ▶場所=保健文化センター1階集団指導室
- ▶募集人数=先着5人
- ▶申込方法=電話・窓口で申し込みまたは住所、氏名、電話番号を記入のうえ、ファックス・Eメールで申し込み

町・町社会福祉児童課社会福祉班 ☎(70)0330 ㊚(72)8322 ㊚fukushi@town.oamishirasato.chiba.jp

▼申込締切Ⅱ9月10日(月) 町・町産業振興課振興班 ☎(70)0345

▼申込方法Ⅱ印鑑を持参のうえ、申し込み 町・町商工会 ☎(72)0239

出店数に限りがあります

交通事故防止のために

自転車の二人乗りや無灯火・並進はしない	スピードの出し過ぎなど無謀な運転は絶対にしない	飲酒運転は絶対にしない
自転車や自動車等は早めにライトを点灯し、歩行者は反射材を活用する	シートベルト、チャイルドシートは正しく着用	子どもや高齢者の通行には思いやりをもって対応する

歯っぴーライフ 67

「平成19年度親と子の良い歯のコンクール」の本町代表 松崎さん親子に健康な歯の秘訣を伺いました

歯の衛生週間に行われた「平成19年度親と子の良い歯のコンクール」に本町代表として松崎美奈さん(写真中央)と杏ちゃん(写真右)親子が出場されました。

親と子の良い歯のコンクールとは、3歳児健診受診者の中で歯の健康が優れている親子を選出するコンクール。昨年度、本町の3歳児健診受診者は349人。そのうちムシ歯のない子どもは260人いました。乳歯は3歳までに1回目のムシ歯急増期を迎えます。そんな中、親子で健康な歯を保つ松崎さんに、良い歯の秘訣を伺いました。

「子どものころ、乳歯がムシ歯だらけだったので、中学生くらいから給食後も歯磨きをし、自分でも磨き方を研究していました。こんな磨き方もあると聞くと、一生懸命磨きました。現在も1本の歯につき色々な角度から磨くように心掛けています」と自らの歯磨き方法を、杏ちゃんの歯は「仕上げ磨き

は朝晩欠かさずに行っています。ジュースは常備せず、普段は麦茶や牛乳を飲ませています。そのせいか、ジュースは特別な時に飲むものだと思っているようです。おやつは手作りが多いです」と話してくれました。

丁寧な歯磨きと、おやつや飲み物の工夫で健口を手に入れているようです。親子とも健康できれいな歯を保っているなんてとても素敵なことですね。

今後も8020(80歳で自分の歯を20本以上残す)目指して頑張ってください。



町健康介護課健康指導班 ☎(72)8321

栄養士だより 65

食事バランスガイドを活用しましょう⑧

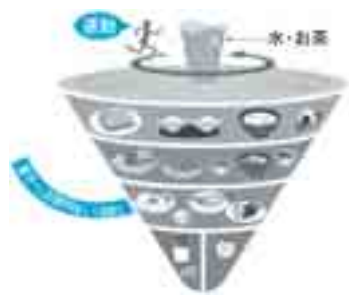
今月は、お菓子・嗜好飲料の目安量を紹介します。

バランスガイドではお菓子やジュースを毎日の楽しみとして、「こまを回すひも」の絵にしています。

お菓子やジュースを取り過ぎると、必要な食事が取れなくなります。すると、バランスが取れなくなってこまは回らなくなってしまいます。そうならないためにも、お菓子や嗜好飲料はほどほどに楽しみましょう。個人差もありますが、1日に200kcal以内を目安とするとよいでしょう。

なお、おにぎりや果物、ヨーグルトなどはおやつとして食べても、ひもではなくこまの方に入ります。

- ◇200kcalの目安
- せんべい3・4枚
- ショートケーキ小1個
- ビール500cc
- 日本酒1合



厚生労働省・農林水産省決定

町健康介護課健康指導班 ☎(72)8321