



ほくたち わたしたち
くっちゃん子

俱知安ですくすく育つ子どもたちです。「こんな子に育ってほしい！」ご家族の願いも併せて紹介します。

☎総合政策課広報広聴係 ☎ 56 - 8001

子育て支援センターだより

12月の広場のお知らせ

あいあい広場 (0歳) 12月 2日(木)
きらきら広場 (1歳) 12月 9日(木)
のびのび広場 (2・3歳) 12月 16日(木)
どの広場も10時からクリスマス飾り製作と、誕生月のお子さんのお誕生日会を行います

■申込 / 11月1日(月) 9時30分～

ヨガ講座 ～汗をかいてリフレッシュしませんか?～

■日時 / 12月14日(火) 10時～11時
■場所 / 子育て支援センター (託児有)
■講師 / 小山 友美 氏
■持ち物 / 動きやすい服装・飲み物(二人分)・タオル
■申込 / 11月8日(月) 9時30分～

子育て支援センター (南3東5ぬくぬく内) ☎ 55 - 8355 FAX 55 - 8377

開所時間 9時30分～12時、13時30分～16時

休所日 日曜日、祝日

※4・10カ月児健康診査を受診した子どもで、保護者が同意した場合のみ掲載しています

**11月8日は「いい歯の日」
歯と口から健康づくりを**

「いつまでも美味しく、そして楽しく食事をとるために、口の中の健康を保ってほしい」と、日本歯科医師会と厚生労働省は「8020運動」80歳になっても自分の歯を20本以上保とう」を推進しています。

■令和3年度もむし歯予防教室を中止しています
昨年に引き続き、新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため、毎月2回実施予定の令和3年度むし歯予防教室(歯科健診/フッ素塗布)を中止しています。

■口腔ケアでむし歯予防・免疫力をアップしましょう

マスク生活での会話の減少などによる口腔の乾燥や、食生活の乱れから、むし歯のリスクも増加します。お口が不潔だと、腸内細菌のバランスがくずれ、全身の免疫力が低下する危険性が高まっています。

そこで、小さいお子さんから大人までしっかり口腔ケアを行いましょう。

○食後や寝る前の歯磨き

お口の中の細菌は、唾液の分泌が少ない就寝中に増殖しやすいため、おやすみ前にはしっかりと歯磨きを。フッ化物配合の製品を家族で使う習慣をつけましょう。

○お子さんの歯ブラシは2本使用
かんで毛先が広がった歯ブラシでは、十分に歯垢が取り除けません。そこで、仕上げ磨き専用歯ブラシとの2本使いが推奨されています。

○仕上げ磨きにはデンタルフロスも
歯ブラシの毛先が届きにくい歯と歯の間は、むし歯になりやすいもの。仕上げ磨きの時にデンタルフロスを使ってしっかりと歯間の歯垢も落としましょう。

ご家族が一緒にケアを行い、その大切さを伝えていきましょう。歯に関してご心配がありましたら、体調を確認の上、歯科医院へご相談ください。

☎子ども未来課母子保健係

☎ 22 - 1144

**敬老おめでどうございます
除雪ヘルパー派遣事業を活用ください**

敬老の日によせて

ご長寿を迎えられた皆さん、おめでどうございます。

今年度は新型コロナウイルスのまん延防止の観点から、敬老会の開催を中止し、10月15日(金)に保健福祉会館、琴和会館、東地域会館などで75歳以上の方を対象に、まんじゅうなどのお土産を渡しました。



▲保健福祉会館でのお土産配布の様子

今年度の敬老会75歳以上の対象者は1933人、うち最高齢の方は102歳の女性の方でした。

77歳喜寿

の方には記念の写真、80歳傘寿の方にはお祝い金5千円、88歳米寿の方にはお祝い金1万円、99歳白寿の方にはお祝い金3万円の贈呈がされました。



▲文字町長から99歳白寿のお祝いを受ける黒川キヨさん

俱知安町除雪ヘルパー派遣事業の申請について

今年も除雪ヘルパー派遣事業を実施します。内容は、玄関先や通路および窓周りなどの日常生活に支障が生じると認められる範囲です。※屋根雪降ろしなどは対象外

【対象世帯】

○世帯全員が70歳以上
○65歳以上の高齢者と障害者または病弱者、障害者と病弱者で構成される世帯

【対象外世帯】

○自己の労力により除雪可能な世帯
○親戚または近隣住民などの協力により除雪可能な世帯
○冬季間居住していない世帯
○福祉施設などに入所、入院したことに伴って不在となる世帯

【申請方法】

お住まいの地区民生委員へ申請書を提出してください。

【利用料金】 無料

☎福祉医療課地域包括支援センター

☎ 23 - 0500