

育児学級

脳を育てる

脳のリハビリの専門家、市の1歳6カ月児健診で子育て相談もしている臨床心理士に「脳を育てる」子育てのヒントになるお話を伺います。対象は1〜2歳児の保護者の方。

6月27日(月)午前10時〜正午、総合保健センターで。講師は臨床心理士の森あずささん。母子手帳持参。保育(定員30人、お座りのできないお子さんは不可)を受ける方はオムツ、タオルなどを持参し、9時45分に会場へ。

6月15日(水) (消印有効)まで、往復はがきに「育児学級希望」受講希望者氏名・住所・電話番号、保育希望の有無(希望する方はお子さんの名前と年齢)、返信先の住所・氏名(返信用はがきに記入)を記入し、〒181 0004 新川6-35 28三鷹市総合保健センター

いくわくは、今後「広報みたく」などお知らせします。申請時に必要な書類 所得を証明する「平成17年度住民税課税証明書」申請者とお子さんの「健康保険証のコピー」平成17年度住民税が三鷹市で課税されている方は、課税証明書は必要ありません。くわしくは子育て支援室へ内線2676へ。

2〜5月分の振込 2〜5月分の児童手当、児童育成手当を6月10日(金)に口座に振り込みます。口座番号などに変更があった場合は、至急変更の届出をお願いします。金融機関によって、入金日

育児講座いきいき子育てenjō法 ワークショップ形式の講座を通じて今を楽しみ子育てを一緒に学びませんか? 対象は市内在住の0〜3歳のお子さんをお持ちの保護者で、初めてこの講座を受ける方。講師は産業能率大学講師の三好良子さん。保育付き。

6月30日(木) 大沢コミュニティセンター、7月5日(火) 井の頭コミュニティセンター、9月29日(木) すすきすくひろば、10月25日(火) 新川中原コミュニティセンター、「父子講座」10月29日(土) すすきすくひろば、いずれも午後1時30分〜3時30分。

6月6日(月)から、9月5日(月)からすすきすくひろば、7月10日(水)からすすきすくひろば、7月10日(水)からすすきすくひろば、いずれも午後1時30分〜3時30分。

6月13日(月) (消印有効)まで、往復はがきにメンバー全員の住所・氏名・電話番号・お子さんの年齢・販売予定品を記入し、〒181 0013 下連雀4-19 6すすきすくひろばへ申し込む。公募数10店舗(申込多数の場合は抽選)。

10月1日(土)からマル乳医療証の所得制限が一部緩和されます。三鷹市では今年10月1日から、3歳児(満4歳に達した日の属する月の末日までの子)までのお子さんを対象に、児童手当制度と同額だった所得制限金額を、年間所得で1千万円未満までに緩和し、マル乳医療証の利用できる世帯数を拡大します。

児童手当・マル乳医療証・児童育成手当現況届を忘れずに! 現況届は、引き続き手当の支給や医療証の交付を受ける要件があるかどうかを確認するための大切な手続きです。この届出がないと資格があっても継続できないのでご注意ください。なお、現況届用紙は6月10日(金)ごろ各世帯へ発送します。

双子の親の交流会 就学前の双子または三つ子の親の交流会です。6月24日(金)午前9時45分〜11時15分、総合保健センターで。6月6日(月)から同センターへ3254へ申し込み。先着16人。保育あり(先着18人、お座りのできないお子さんは保護者と一緒の参加)。

リサイクル市民工房のおもちゃの病院 リサイクル市民工房(深大寺)で、おもちゃの病院が開設されます。毎月第2・4土曜日午後1時〜3時、同館で。当日、直接会場へ。

6月8日(水)午後2時〜4時、同日、直接会場へ。東児童館おもちゃの病院 診察料は無料ですが、部品代など実費がかかる場合があります。

6月13日(月) (消印有効)まで、往復はがきにメンバー全員の住所・氏名・電話番号・お子さんの年齢・販売予定品を記入し、〒181 0013 下連雀4-19 6すすきすくひろばへ申し込む。公募数10店舗(申込多数の場合は抽選)。

6月15日(水) (消印有効)まで、往復はがきに「育児学級希望」受講希望者氏名・住所・電話番号、保育希望の有無(希望する方はお子さんの名前と年齢)、返信先の住所・氏名(返信用はがきに記入)を記入し、〒181 0004 新川6-35 28三鷹市総合保健センター

6月13日(月) (消印有効)まで、往復はがきにメンバー全員の住所・氏名・電話番号・お子さんの年齢・販売予定品を記入し、〒181 0013 下連雀4-19 6すすきすくひろばへ申し込む。公募数10店舗(申込多数の場合は抽選)。

6月13日(月) (消印有効)まで、往復はがきにメンバー全員の住所・氏名・電話番号・お子さんの年齢・販売予定品を記入し、〒181 0013 下連雀4-19 6すすきすくひろばへ申し込む。公募数10店舗(申込多数の場合は抽選)。

6月13日(月) (消印有効)まで、往復はがきにメンバー全員の住所・氏名・電話番号・お子さんの年齢・販売予定品を記入し、〒181 0013 下連雀4-19 6すすきすくひろばへ申し込む。公募数10店舗(申込多数の場合は抽選)。

6月13日(月) (消印有効)まで、往復はがきにメンバー全員の住所・氏名・電話番号・お子さんの年齢・販売予定品を記入し、〒181 0013 下連雀4-19 6すすきすくひろばへ申し込む。公募数10店舗(申込多数の場合は抽選)。

6月13日(月) (消印有効)まで、往復はがきにメンバー全員の住所・氏名・電話番号・お子さんの年齢・販売予定品を記入し、〒181 0013 下連雀4-19 6すすきすくひろばへ申し込む。公募数10店舗(申込多数の場合は抽選)。

健康コラム



歯は限りある個人財産

「今、お口の中に何本歯があるか、ご存じですか?」 日常の診療でこの質問をしてみると、案外自分が持っている歯の本数を知らない方が多いのに驚く。ましてや治療した歯が何本か? 神経が無い歯は何本か? などの問いに答えられる方は皆無に等しい。手の指の数なら即座に答えられるが歯の場合は自分では見えないからどうだろうか? 三度の食事で使い、発音に大きく影響し、人との会話で自信を持つために欠かせない歯。毎日の生活になくてはならない体の一部である大切なものだから、関心を持つのは良いことだと思おう。

子どもの歯(乳歯)は3歳ごろまでに生えそろう。上顎10本、下顎10本の合計20本、大人の歯(永久歯)は、親知らず(智歯)を除いて14歳ごろまでに上顎14本、下顎14本の合計28本が全て生え揃う。新たに生えてきた8本は、大きな臼歯の形をした6歳臼歯(6歳ごろに生える)と、12歳臼歯(12歳ごろに生える)である。また、親知らずは18歳ごろにその奥に生えてくる臼歯の形をした歯で、顎が小さく並びにくい場合は、顎の中に埋まったり、横に倒れてしまったりすることが多い。手前の12歳臼歯との間に食べ物が詰まる場合は、どちらにも虫歯になりやすいので、12歳臼歯を守るために親知らずを抜く場合がある。親知らずが全てあれば4本だが、1本ある場合や2本ある場合、元々無い場合など、それぞれで違う。

このように、人間の歯は一生に渡ってこれだけしか生えてこない。それもほぼ14歳ごろに完成してしまふ。そこで、28本(最大32本)の歯をいかに永く上手に使っていくかが重要になる。人によっては人生をも変えてしまふ。親知らずを例に出すと、まっすぐに生えていて何も問題がない場合は抜く必要もないのだが、抜かなければならない場合がある。それは、歯を失う主な理由である虫歯(デンタルカリエス)や歯周病(歯槽膿漏)になってしまった時だ。親知らずは無くてもいいと思っっている方が多いが、虫歯や歯周病になってしまったら、気軽に単純に抜くだけではないのだらうか?

物事には必ず原因と結果がある。親知らずが虫歯や歯周病になったのは結果であってその原因は何か? それを解決あるいは改善しないと、親知らずの手前にある歯もいずれ同じ運命をたどり失うことにならないだろうか? 親知らずは自らが犠牲になり抜かれることで残された歯を守るにはどうしたらいいかに気づいてもらおう。きつかけを作ってくれるかもしれない。それは親知らずに限らずこの歯の問題が起きる時も同じだ。虫歯と歯周病は、甘い物をだらだら口に入れていたり、摂りすぎている、外食が多い、生活が不規則、ストレスが多い、喫煙経験が長いなどさまざまな日常生活の原因となるため、生活習慣病といわれている。このようなきまきま原因に対し、出来ることから解決・改善をできるよ。歯科医院を上手に利用して、ご自分の歯と大切な財産を守っていただけたらと切に願う。

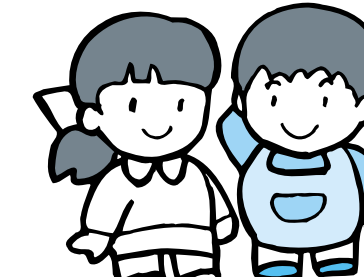
三鷹市歯科医師会 ☎45 2715



保育園で遊ばせよう 市内の保育園の行事に参加してみませんか? 公立保育園 中央 ☎40 7540 6月17日(金) 離乳食試

食会、南浦東 ☎40 7166 6月16日(木) じいあそびあけぼの ☎40 7555 6月15日(水) どんごあそび(着替え・タオル持参)、南浦西 ☎40 7551 6月28日(火) どんごあそび(着替え・タオル持参)、西野 ☎39 7030 6月16日(木) 小麦粉粘土であそぼう!・七夕飾りづくり・体測定、高山 ☎40 7162 6月9日(木) 小麦粉粘土であそぼう、中原 ☎40 7170 6月9日(木) スタンプ、お絵かきをしてあそびましょう。三鷹市公民館 ☎40 7160 6月23日(木) 誕生会にきてね、新川 ☎40 7553 6月14日(火) 乳児お楽しみ会、上連雀 ☎40 7168 6月23日(木) リズムに合わせて身体を動かしましょう。離乳食試食会(要予約・先着3人)、東台 ☎79 7728 6月8日(水) なかよし広場(園庭室内開放)、三鷹駅前 ☎79 5441 6月16日(木) ようこそ誕生会へ、牟礼 ☎76 0883 6月14日(火)・28日(火) わくわくひろば(身体測定・園庭開放)

私立保育園 第二小羊チャイルドセンター ☎43 9754 6月8日(水) 小児科医による健康・子育て相談(予約制)、井の頭 ☎43 7916 6月18日(土) わらわらたお話会・19日(日) 人形劇・24日(金) 公開保育、みたか小鳥の森 ☎45 4558 6月15日(水) 体験保育と給食試食、あかね ☎49 2671 6月11日(土) 色水遊びとシャボン玉・給食試食、みたかつくしんぼ ☎03 3308 3507 6月9日(木) 健康診断・体験保育、椎の実子供の家 ☎32 4103 6月9日(木) 園庭開放、16日(木) 園庭開放、シャボン玉飛ばそう、23日(木) 園庭開放・給食体験、30日(木) 園庭開放、歯みがき指導(乳児)、三鷹木の実 ☎31 9088 6月23日(木) お買物(ごご)紙袋持参、28日(火) 交通安全指導



6月13日(月) (消印有効)まで、往復はがきにメンバー全員の住所・氏名・電話番号・お子さんの年齢・販売予定品を記入し、〒181 0013 下連雀4-19 6すすきすくひろばへ申し込む。公募数10店舗(申込多数の場合は抽選)。

6月13日(月) (消印有効)まで、往復はがきにメンバー全員の住所・氏名・電話番号・お子さんの年齢・販売予定品を記入し、〒181 0013 下連雀4-19 6すすきすくひろばへ申し込む。公募数10店舗(申込多数の場合は抽選)。

6月13日(月) (消印有効)まで、往復はがきにメンバー全員の住所・氏名・電話番号・お子さんの年齢・販売予定品を記入し、〒181 0013 下連雀4-19 6すすきすくひろばへ申し込む。公募数10店舗(申込多数の場合は抽選)。