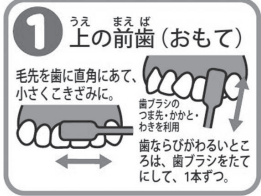


ブラッシングのコツ

毎日の歯みがき
手エック!



- ① 小学校低学年までは、保護者が仕上げ磨きを！ (仕上げみがきは子ども用とは別の歯ブラシ使用をオススメします)
- ② 糸ようじと歯間ブラシの活用
- ③ フッ素配合歯みがき剤などフッ化物を利用し、むし歯予防に努めましょう
- ④ よく噛んで食べましょう
- ⑤ 会話や口を動かす体操で

- ① 甘いものは極力避ける
- ② 食事の前には与えない
- ③ あらかじめ量や時間を決めて与える
- ④ 飲み物はお茶か水、牛乳を与えましょう
- ⑤ 「おやつ後は歯をみがこう」と約束しましょう
- ⑥ 口腔機能を高めましょう
かかりつけ医を持ち、定期的に歯科健診を受診しましょう

おやつとの与え方は？

むし歯予防対策について(パート2)
家族みんなでむし歯予防

問合せ先 保健センター福祉課 保健師 ☎ 75-4101



麒麟のまち インフォメーション

第6回 新温泉町

麒麟のまち圏域の各市町のイベントや事業などを紹介します。



兵庫・新温泉町

新温泉町は、その名のとおり温泉資源が豊富な町です。4月には「おんせん天国室」を設置し、温泉を活用した健康増進・観光客増大に向けた取組に力を注いでいます。

ウォームシェアスタンプラリー

温室効果ガスの抑制に向けた国民運動「クールチョイス(賢い選択)」に賛同し、『温泉施設の利用=家庭での二酸化炭素排出抑制』として、町内の温泉施設を対象に、豪華賞品(但馬ビーフや300%の温泉配達など)が当たるスタンプラリーを10月から実施しています(12月31日まで)。

この機会に、ぜひ新温泉町にお越しいただき、「日本の名湯百選」の「浜坂温泉(塩化物泉)」「七釜温泉(硫酸塩泉)」「湯村温泉(炭酸水素塩泉)」で、3つの泉質を体験してみませんか。

※対象施設などの詳細は、新温泉町ホームページ (<https://www.town.shinonsen.hyogo.jp/>) をご覧ください。



▼問合せ 新温泉町 おんせん天国室 TEL (0796) 99-2615



次回、香美町へ!