

図書館

新着本のご案内

〔一般書〕

▼背信(森久美子)▼球体の蛇(道尾秀介)▼いつか響く足音(柴田よしき)▼月桃夜(遠田潤子)▼増大派に告ぐ(小田雅久仁)▼転移(中島梓)▼インビジブルレイン(菅田哲也)▼オヤジ・エイジ・ロックンロール(熊谷達也)▼墮ちてゆく(若井志麻子)▼情動(新津きよみ)▼龍馬と弥太郎(童門冬二)▼灰色猫のフィルム(天竺裕文)▼神国崩壊(獅子宮敏彦)▼口ロ・ジョン・グランの歌声(松村美香)▼誰かと暮らすということ(伊藤たかみ)▼千里伝(仁木英之)▼レモントルト(長野まゆみ)▼カデナ(池澤夏樹)▼聖徳太子の密使(平岩弓枝)▼いかずち(切り山本一力)▼ぬるい男と浮いてる女(平安寿子)▼ほかならぬ人へ(白石一文)▼未踏峰(笹本稜平)▼製鉄天使(桜庭一樹)▼壊れやすいもの(ニール・ゲイマン)▼ガラスの街(ポール・オースター)▼調剤薬局アラカルト(山村憲司)

〔児童書〕

▼氷の上のブーツマン(ベインノー・プルドラ)▼楽しいスケート遠足(ヒルダ・ファン・ストックム)▼ハーブガーデン(草野たき)▼でんしゃがおうちレイルちゃん(おおたにみねこ)▼妖精ピリリとの三日間(西美音)▼かしこいモリー(エロール・カイン)▼ゆきがふるよねこがいるよ(こうだつねお)

毎週土曜日
14時00分～
おはなしかい開催

本の一話

『こいしり』
(轟中 恵/著)

「あのね、この子猫達、化けるんですって。お気楽跡取り息子・麻之助に託された3匹の子猫。巷に流れる化け猫の噂は、じつは怪しい江戸の錬金術へとつながっていた!?」まんまこと「ワールド第2弾。」

図書館のホームページは <http://db.net-bibai.co.jp/wassamu/> アクセスしてみてね!!

健康メモ

子どものむし歯予防

永久歯のむし歯のなりやすさは、乳幼児期からの食生活と口腔ケアで決まるとも言われています。

「ただに「乳歯(子どもの歯)がむし歯になっても、どうせ生え替わるから」と思われている方も多いようですが、これは大きな間違いです。



【虫歯は感染症です】

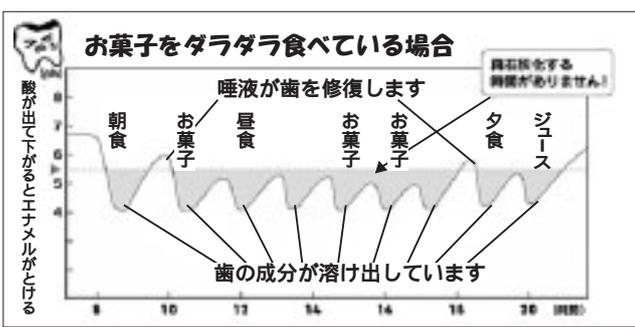
生まれたばかりの赤ちゃんの口の中には、むし歯菌はいません。3歳ころまでに、主に家族などからうつりやすいと言われています。お箸やスプーンを共有したり、離乳食などで大人が噛んだものを与えたりするとうつります。

永久にむし歯菌をゼロに保つのは難しいですが、2〜3歳まで歯が子どもの口に住み着かないように気をつけることで、将来むし歯になる可能性を大きく減らせます。

また、周りの大人の歯の数が多いとうつりやすくなるので、大人の口腔ケアも重要です。

【ダラダラ食べは危険!】

むし歯は「脱灰(酸で歯がとける)」と「再石灰化(歯の修復)のバランスが崩れると進みます。常に口の中に食べ物や飲み物があると、再石灰化できず、酸によって歯が溶けていく一方です。そのためダラダラ食べ・ダラダラ飲み習慣はむし歯を作りやすくします。



【おやつとの考え方】

おやつはお菓子のことではありません。むし歯菌が一

好きなのは「砂糖」で、歯をとく大量の酸を産生します。幼児期のおやつを「補食」として考えると、甘いお菓子よりも、おにぎりや野菜スティックがおすすです。

- ・ むし歯になりやすいおやつ
- ・ アメ・ラムネ・ガム
- ・ チョコレート・ケーキ
- ・ キャラメル・クッキー

【1歳までに歯ブラシ開始を】
ブラーク(歯垢)はブラッシングでしか落とせないのので、歯が生え始めたら歯ブラシを開始しましょう。

楽しみながらスキんシップをかねて磨くのがコツです。仕上げ磨きは、大人の膝に頭を乗せ寝かせ磨きをしてください。少なくとも小学校入学年までは必要です。

【定期的にフッ素で予防を】
町では幼児を対象に、6か月ごとにフッ素塗布を行っています。毎日の食生活と歯磨きを大事にしなが、更にフッ素塗布で予防しましょう。



保健師 酒井香奈子