

# きた歯科だより



発行/ きた歯科医院 〒520-2331 野洲市小篠原 2215 ☎077-588-5885

ホームページ <https://www.kita-dental.jp> Eメール [info@kita-dental.jp](mailto:info@kita-dental.jp)

暖かくなった屋間に近くの上三山を見つめていると、春霞のせい、山肌の深い緑色に少し白色の絵の具を足したかのような色合いで、ぼんやりとした輪郭の山の姿が目映ってきました。先月の冷たい降雪や白熱した冬季オリンピックのテレビ中継があったことが、今では信じられないくらいに暖かくなりました。時折強い南風も吹いて、確実に少しずつ春に近づいているのを実感して、花粉症のつらい症状に耐えながら、気が早いながらも、桜の開花が待ち遠しいです。まだインフルエンザが流行していますが、皆様、お元気でお過ごしですか。院長の喜多です。

現在、私は歯科医師会の会員の立場で、野洲市や滋賀県から複数の仕事を受託して、会議に出席しています。例えば、先月末に、県立の野洲養護学校の学校歯科医として、学校保健委員会に出席してきました。この会議の協議議題では、在籍する児童生徒（小学生から高校生まで）の食事や運動などを、日々の学校生活で見守る中で、学校の先生方が悩んでおられることについて、学校歯科医として専門的な見地から、生活習慣の改善に関する助言や意見を申し上げ、生徒が豊かな学校生活と家庭での日常生活を送れるように目指すための内容でした。例えば、生徒がスマホを見る、触る時間が長時間化している、学校や自宅でも運動不足にある、睡眠時間が短くなる、生活リズムが乱れて規則正しい食生活を送れていない、偏食や便秘になる、野菜を食べない、給食をあまり食べない、間食などで肥満傾向になりやすい、給食をしっかりと噛まないでまるのみにする、食後の歯磨きが出来ていない、などの事例について、先生方からそれらの対応策についてご質問を頂きました。児童にとっての、健康を保ちながら大人へと成長するために必要な食事内容や食べ方について学ぶ、食育を受けて頂くことの重要性をお話してきました。また、先月中頃には、野洲市ほほえみやす 21 健康プラン推進委員会の今年度活動報告とまとめを議題とする会議に出席しました。この会議には、大学の特任教授、医師会、薬剤師会、歯科医師会、歯科衛生士会、栄養士会、教育委員会、草津保険所、商工会、JA、健康推進連絡協議会、社会福祉協議会、青少年育成市民会議、体育振興会連絡協議会、小中学校保健安全部会、自治連合会、公募の方が参加して、市民の健康づくりに関わる活動報告と見返りの協議、来年度の活動方針を話し合います。広報やす、野洲市ホームページで、活動を一度調べてみてください。

## 変わり種! 全国おもしろ観光スポット



### 新潟県編

まだ肌寒さの残る3月。今回は、日本海の魅力や新潟らしさが満載の、天候を気にせず楽しめる屋内スポットを3つご紹介しましょう!

#### じょうえつしりつすいぞくはくぶつかん 上越市立水族博物館 うみがたり

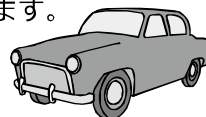


日本海の生き物をテーマにした水族館。日本一の飼育数を誇るマゼランペンギンは、巢で卵を温める様子や水中を泳ぐ姿まで、間近で観察できます。360度アクリルガラスの水中トンネル「うみがたりチューブ」は、海の中を歩いているような臨場感!! 体験イベントも充実しています!

キョウワ

#### KYOWA クラシックカー & ライフステーション

昭和から平成初期の暮らしと乗り物を学べる社会見学施設。生活道具の進化や名車の展示に加え、予約制で試乗体験も楽しめます。



#### 新潟せんべい王国

「ばかうけ」でおなじみ、栗山米菓の体験型せんべいテーマパーク。直径約25センチの特大せんべいに絵を描いて焼き上げる体験や工場見学を満喫できます。「ばかうけ」の限定味はお土産にぴったり!

