

資源物				燃えないごみ・粗大ごみ	
真崎、村松北、舟石川中丸、外宿2	4日・11日 18日・25日	外宿1	13日・27日	真崎、村松北、権現山寮、真砂寮、原子力機構(荒谷台)	5日・19日
船場、照沼	4日・18日	内宿1、亀下	7日・14日 21日・28日	原子力機構(長堀)、長堀寮、舟石川3、外宿1、外宿2、竹瓦	4日・18日
原子力機構(長堀・荒谷台・箕輪)、須和間、フローレスタ須和間	5日・12日 19日・26日	百塚、内宿2、豊岡、舟石川3竹瓦	7日・21日 14日・28日	緑ヶ丘、南台、豊岡、亀下	8日・22日
緑ヶ丘	5日・19日	舟石川2	8日・15日 22日・29日	百塚、豊白、内宿1、内宿2	7日・21日
白方	12日・26日	南台、川根	8日・22日	白方、岡、原子力機構(百塚)	12日・26日
舟石川1、原子力機構(百塚)	6日・13日 20日・27日	豊白	15日・29日	舟石川1、船場	11日・25日
宿、押延、岡	6日・20日	※各回収日の午前7時から8時30分までに出してください。		宿、川根、照沼、押延、須和間、フローレスタ須和間、原子力機構(箕輪)	15日・29日
				舟石川2、舟石川中丸	14日・28日

燃えるごみ ※祝日の収集も行います。

真崎、村松北、白方、宿、岡、原子力機構(箕輪・百塚・荒谷台)、真砂寮、権現山寮、南台、緑ヶ丘、押延、須和間、川根、照沼、豊岡、亀下、フローレスタ須和間 (毎週)月・木曜日

舟石川1、舟石川2、舟石川3、舟石川中丸、百塚、豊白、原子力機構(長堀)、長堀寮、外宿1、外宿2、船場、竹瓦、内宿1、内宿2 (毎週)火・金曜日

※12月30日(水)から1月3日(日)までは、燃えるごみの収集は行いません。



お口のケア、日ごろから心掛けていますか？
何でもおいしく食べるのができるのは、健康な歯でかむことができているからです。
特に子どもの歯のケアには、大人の存在が欠かせません。今すぐ、親子で「8020(ハチマルニイマル)運動」を始めましょう！
■「8020運動」って、どんな運動？

「8020運動」は、1989(平成元)年から厚生省(当時)と日本歯科医師会が推進している、「80歳になっても20本以上、自分の歯を保とう」という運動です。「80歳なんてまだまだ先！」と思っているお父さんやお母さん、8020を達成するための第一歩は、乳幼児期です。
茨城県でもこの運動を推進しており、毎年「茨城県民歯科保健大会」を開催しながら、歯と口の健康を維持している優秀な方を表彰するなどの活動を行っています。

いつまでも健康な歯を保つために

親子で8020運動を始めよう！

■「8020運動」は、乳歯から始めましょう！

保健センターでは毎月、2歳7か月のお子さんを対象に、2歳半歯科検診を実施しています。健診の内容は▽歯科医師による診察▽歯の汚れの染め出し▽フッ素剤の塗布▽歯磨き指導・相談——ですが、検診の際、すでに虫歯があるお子さんも見受けられます。

「幼稚園の歯科検診で好成绩の子どもは、大学入学時の歯科検診の結果も良い」という調査結果もあるように、乳歯の健康を保つことができれば、永久歯の健康を保つことができます。



乳歯の病気のほとんどは虫歯です。虫歯は、口の中の細菌が作る酸によって歯が溶かされて発症します。乳歯が虫歯になっても、「どうせ永久歯に生え変わる歯だから」痛くないからいいだろう「子どもが歯医者を嫌がるから」などの理由で虫歯を放置してしまつと、永久歯の虫歯が発生しやすくなつたり、永久歯が生えない原因になつたり、歯並びに悪影響を与えたりと、良いことは一つありません。

■「8020運動」のキーパーソンは、両親です！

子どもは、生まれたときから歯の磨き方を知っているわけではありません。両親を含む周りの大人が手本を見せながら、一緒に歯磨きをすることによって、歯磨きの習慣が身に着きます。

また、虫歯を作りやすくする習慣の代表は「ダラダラ食ベ」です。糖分がいつも口の中に入っていると、口の中の細菌が酸を作り続けながら、どんどん増殖してしまいます。間食は、周りの大人が連携しながら、決まった時間に与えるようにしましょう。

■無料歯科検診をご利用ください
村では、今年度中に30歳・40歳・50歳・60歳・70歳になる方と、妊娠中の方を対象に、村指定の歯科医院で使用できる「歯科検診受診券」を交付しています。

さらに、妊婦さんに対しては、ハローベビースクール(母親教室)の際、歯科衛生士による歯科検診と、相談・指導を無料で実施しています。お子さんやご自身が毎日、そしていつまでもおいしく食事をするために、歯のチェックを定期的に行いましょう。

【問い合わせ】
保健センター(☎282局2797)