



消防署だより

横浜消防署 ☎78-2119

普通救命講習のご案内

日 時	場 所	内 容	対象・人数
平成23年 7月10日(日) 9:00~12:00 (3時間)	横浜消防署	<ul style="list-style-type: none"> ●AEDを用いた心肺蘇生法(成人:8歳以上) ●大出血時の止血法 ●異物の除去法等 (ご希望により小児・乳児の心肺蘇生法も行えます。) 	どなたでも受講 できます。 受講定員20名 (定員になり次第 締め切りといたします)

【申し込み方法】

- 横浜消防署において、所定の申請書にご記入の上申し込みください。
- 申し込み受付は、平成23年6月10日(金)~6月30日(木)迄です。

【修了証・受講料】

- 講習修了者には、「普通救命講習修了証」を交付いたします。受講費用は、無料です。

【その他】

- 各事業所及び各種団体等のお申し込みについては事前にご連絡ください。
- 災害等により、中止となる場合があります。消防署で確認することもできます。

【お問い合わせ】

- 横浜消防署 救急・救助係 TEL0175-78-2119 FAX0175-78-2149

『第一明神平地区で消防訓練』

5月1日(日)、第一明神平地区住人を対象に、消防訓練が第一明神平婦人ホームにて行われました。

初めに消防署員から消火器の仕組みや使用方法の説明を受け、実際に訓練用の消火器を使用し、消火訓練を行いました。次に、住宅用火災警報器の取り付け場所や警報器の種類の説明を行いました。

終了後、住民から今回の訓練を通して、「今日学んだ消火器の使用方法を忘れずに役立てたい」・「住宅用火災警報器で火事にいち早く気づき、逃げ遅れないようにしたい」・「またこのような機会を設けたい」との声がありました。

今後このような消防訓練を行うことにより、防火・防災意識の向上につながりますので、他の町内会や、各団体で行ってみたいかがでしょうか。



『住宅用火災警報器の設置状況調査及び普及指導について』

平成20年6月1日にすべての住宅に対し住宅用火災警報器の設置が義務付けられてから、3年が経過します。

横浜町の住宅用火災警報器の設置状況は全国平均(約64%)と比べて約85%と高いものとなっておりますが、横浜消防署では全世帯への設置を目標に、平成23年6月から12月までにかけ、住宅用火災警報器の未設置世帯・未調査世帯に職員が訪問し、設置状況調査及び普及指導を実施しますので、御協力をお願いします。

(財)青森県消防協会上十三支部 北部上北地区協議会連合観閲式

(財)青森県消防協会上十三支部北部上北地区協議会連合観閲式が今年六ヶ所村で開催されます。消防団員が日頃の訓練の成果を披露しますので、ご参観くださるようお願いいたします。

■日時 平成23年6月26日(日)

午前8時45分~午前11時15分

■場所 六ヶ所村大石総合運動公園駐車場

※雨天時は午前9時30分から六ヶ所村立第一中学校体育館で開催されます。

保健だより



担当 阿保保健師

「歯の健康について」

こんにちは。穏やかで過ごしやすい季節になりましたね。

さて、毎年6月4日～10日は歯の衛生週間となっております。この週間に合わせて、自身の歯の健康を今一度振り返ってみましょう。

健康で「長生きするために」みんなの願い「8020運動」

8020運動とは、「80歳になっても自分の歯を20本以上保とう」という運動です。厚生労働省と日本医師会の呼びかけで平成元年から勧められています。

図1をご覧ください。20本の歯があれば、ほとんどの食べ物をかみ砕くことができ、味を楽しみながら食べることが出来ます。80歳になっても自分の歯を20本以上保つことは、健康で長生きするための大切な目標と言えるのです。

【図1】



厚生労働省 標準的食生活・保健指導プログラム＜利用＞保健指導における学習教材集「歯の健康と食べられるもの関係より」

80歳で20本の歯を保つことは理想ですが、実際は、50歳以降に歯を失うことが多く、60歳代で20本にまで減っているのが現状です。

どうして、歯が抜けてしまうのでしょうか。その原因は「虫歯」と「歯周病」です。

歯周病は静かに進んでいく歯の病気です。

歯周病をおこす原因は歯と歯ぐきの間にたまった歯垢の中にいる歯周病菌。歯周病菌が歯ぐきにダメージを与え、少しずつ歯を支える組織を破壊していきます。痛み等自覚症状がほとんどないため、気付かないうちにひどくなるケースが多いのです。中高年の8割以上がこの歯周病にかかっています。

歯周病は全身の様々なところに影響を及ぼします。

歯周病は歯を失うばかりでなく、からだ全体に大きな影響を及ぼします。最近では、特に、心臓病、糖尿病に深くかかわってきていることがわかりました。歯の健康を守ることは全身の健康をまもることにつながります。

歯周病は歯垢が増えることで悪化してしまいます。生活習慣ともいわれます。生活習慣の改善が歯周病を予防し、からだの健康をつくります。

- ◆「歯周病を防ぐために」
- ◆食事は規則正しく
- ◆腹八分目を心がける
- ◆よく噛んで食べる
- ◆食後は必ず歯磨きをする
- ◆禁煙
- ◆間食、夜食をしない
- ◆寝る前には必ず歯を磨く
- ◆歯の定期健診を受ける

【図2】むし歯や歯周病が引き起こす全身の病気

むし歯や歯周病は単なる「歯」だけの問題にとどまりません。歯と歯ぐきが健康でないとい食べると、痛みや腫れ、さらには、胃腸障害や肩こり、頭痛、心臓や肝臓に炎症を起こすなど、全身の病気の引き金となることもあるのです。

【歯・口腔の病気→全身に影響】



橋本歯科医院の橋本梓先生に歯の健康についてお話を伺いました。

歯を失ってみて、初めて歯の大切さを痛感する方がほとんどです。

歯を失う原因である歯周病と虫歯の予防には毎日の歯磨きが一番大切ですが、歯磨きをいくら頑張っても歯周病菌や虫歯菌は殺菌できません。そこで当院では歯磨き後の仕上げとして口腔内の表面に存在する菌を溶解するうがい薬を勧めています。口腔内の菌が減少することで口臭の改善にもつながります。

興味のある方は当院までご連絡ください。



新渡久子さん（大町）

歯を白くしたいということ、自分の歯をなるべく残すことが大事だと思って歯のお手入れをしています。毎食後に歯磨きを行っています。ジュースは飲まず、お茶や無糖のコーヒーにしています。鏡で歯の点検をして虫歯を見つけたらすぐに歯医者さんに行くと悪くなる前に、治療してもらおうようにしています。

町では、総合健診の日に歯科健診を行っています。今年8月31日と9月1日です。30歳以上の方が無料となっています。最近、歯医者に行っていないという方は是非この機会に歯の検査をしてみたいかがでしょうか。昨年の健診にて歯の優良者を紹介しました。日頃、歯の健康に対して気をつけていることをインタビューしました。

こせきのまど

◎お誕生おめでとう

保坂 美穂(女・4/5) 照 夫(新 町)

◎ご結婚おめでとう

(鳥 山 庸 介(館 町)
(蝦 名 美 穂(青森市)
(杉 山 直 也(新 町)
(大 森 真 樹(鶏 沢)

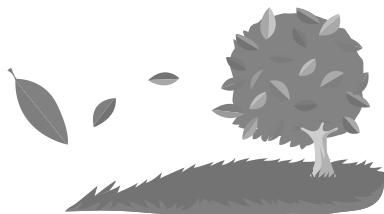
◎おくやみ申し上げます

笹野 雄(82歳) 笹野リヨの夫(百目木)
佐藤 寅吉(96歳) 佐藤喜代美の父(松 栄)
秋田 幸市(75歳) 秋田タエの夫(鶏 沢)

『こせきのまど』の掲載について

婚姻、出生に関しては、特にお申し出がない限り広報への掲載はいたしません。

おくやみ欄について掲載して欲しくない方は、税務町民課窓口へ届出の際にお申し出ください。



川沿いの柳若葉に眼銀拭く
炭室や浅黄入りて若葉風
里山や若葉萌え出で山は映ゆ
若葉にも激励されてトライする
里山の一滴ごとの若葉かな
ほっとしてお茶一服若葉風
なじみゆく通勤コース若葉風

せせらぎ旬会

仁 礼 水 亀 千 翠 宝
恵 見 藻 ヶ 武 昭 菁



駐在所 だより

横浜駐在所
☎78-2110

警察官A(大卒)を募集します ~来たれ!若き力 正義の心~

採用予定人員、受験資格等は次のとおりです。

- 受付期間 5月30日(月)~ 6月24日(金)
- 第一次試験 7月10日(日)
- 試験場所 青森市

試験種別	採用予定人数	受 験 資 格
警察官A (男性)	未定	昭和54年4月2日以降に生まれた者で、学校教育法による大学(短期大学を除く。)を卒業した者又は平成24年3月31日までに大学を卒業する見込みの者。
警察官A (女性)	未定	

なお、警察官A(男性)のみ、警視庁、埼玉県、千葉県、神奈川県及び静岡県の警察官を志望する人も同時に受験することができます。(受験資格は志望する都県によって異なるので、それぞれの都県に問い合わせてください。)

また、受験資格等は変更になることがありますので、詳細については、それぞれの試験案内で確認してください。

■お問合せ

◇青森県警察本部警務課採用係

☎017-723-4211(内2663~2666)

または県内各警察署

平成23年

シートベルト・チャイルドシート

着用強調月間のお知らせ

目的 シートベルト・チャイルドシート着用の徹底を呼びかけ、着用率の向上と正しい着用の普及啓発を図ることを目的とする。

期間 6月1日(水)から6月30日(木)までの1ヶ月間

- 重点
- 1 全ての座席のシートベルト着用が義務化されたことの周知と着用の徹底
 - 2 チャイルドシートの使用と座席への正しい取付けの徹底

自動車乗車中の死者数とシートベルト着用状況

平成22年中の青森県内の交通事故死者数66人のうち、自動車乗車中の死者は22人、うちシートベルト非着用者は10人(約45%)となっています。また、非着用死者のうち4人(約40%)は、シートベルトを着用していれば助かったと推測されます。

平成23年4月末の人身事故・物損事故発生状況

区分	平成23年						平成22年			前年比		
	4月中			累計			累計			発生	死者	傷者
町村別	発生	死者	傷者	発生	死者	傷者	発生	死者	傷者			
人身事故	1	0	1	4	0	9	6	0	6	-2	0	+3
物損事故	2			45			48			-3		

毎月1日は「県民交通安全の日」・15日は「高齢者交通安全の日」