

MAKINOHARA

広報まきのほら

P u b l i c R e l a t i o n s vol. 83

2009

6
05



特集 永遠のパートナー
「わたしの歯」

永遠のパートナー 「わたしの歯」

80歳になったときに残っている歯の本数は、スウェーデン20本、アメリカ13本、日本3本だそう。どうしてこのような結果になってしまふのかといえば、日本人の「歯」に対する考え方に大きな原因がある。アメリカ人などは、定期的に歯科医院での健診を受け病気の予防をするのが常識だが、日本人は「歯が痛いから急いで歯医者に行く」という感覚が当たり前。このような考えから脱却し、歯にかかわるあらゆる病気を防ぐ「予防」へと方向転換をしなければ、日本人の「歯」はボロボロになってしまふ。歯を失ってからでは遅い。わたしたちは今、何をすべきなのか――。



むし歯 歯周病



▶ 虫歯＝歯牙の硬組織を侵す疾患。また、これに侵された歯。口腔内の最近の発酵作用によって食物のかすから作られた乳酸が歯の硬組織を侵し、またタンパク質を溶解する細菌が歯の有機質を破壊することによるとされる。

▶ 歯周病＝歯の周辺組織の疾患の総称。すなわち、歯槽膿漏・歯肉炎・歯周炎。

歯を失う原因は、むし歯と歯周病

日本人が歯を失う原因に、30歳まではむし歯が、30代以降は歯周病が第1位にあげられている。割合はむし歯が42%、歯周病が46%、そのほか事故などによるものが12%となっている。一般的な原因には、むし歯も歯周病も歯の表面についた白っぽいネバネバなプラーク（歯垢）に含まれる細菌が、飲食物から糖分を取りこみ、強い酸を作ることから始まるとされている。

牧之原市の子どものむし歯が多い

平成19年度の1歳5カ月児・3歳児健診で実施された歯科健康診査の結果を見ると、むし歯がある幼児の割合は、静岡県の平均より高い状況にある。また、県内42市町の中では、1歳6カ月児健診で39位、3歳児健診で31位、5歳児健診で38位と最下位ではないが、むし歯が多い市と言える。なせむし歯のある子どもが多いのか。もともと子どもの歯（乳歯）は、



大人の歯（永久歯）に比べて大変柔らかくむし歯になりやすい。また、乳歯も永久歯も生えてきたばかりの歯は未成熟で、これもむし歯になりやすく、その進行もとても早いのが特徴である。子どもの歯は、1歳ころには、上下の前歯がそろい、このころから、上の前歯に汚れが残りがよくなる。また、2歳半くらいには、乳歯が全部生えそろう、奥歯の噛む面の溝にはプラークがたまりやすくなるので、しっかりと歯磨きを行う必要がある。しかし、歯磨きはするが、保護者が仕上げ磨きを確実に行っていないとむし歯になりやすくなる。また、寝る前に母乳をあげることや、哺乳瓶でジュースなどを飲ませることも原因の一つである。

おやつ食べ方が理想的ではない

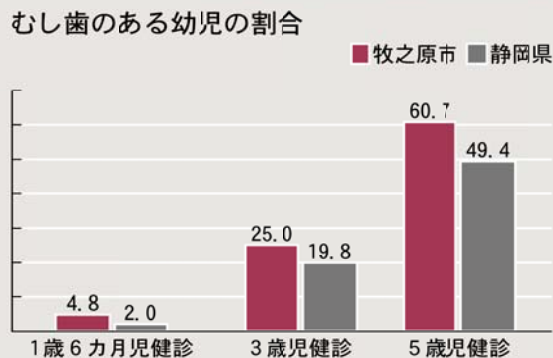
子どもにむし歯のある子どもが多い原因には、おやつ選び方や食べ方が理想的ではないことも挙げられる。子どもにとつておやつは、3度の食事だけではとれない栄養を補う役割があり、特に乳幼児期は、味覚と食習

歯周病は30代ではなく20代から襲ってくる

歯を失うもう一つの原因は、歯周病である。歯周病は、歯肉炎や歯周炎などの総称であり、かつては歯槽膿漏と呼ばれ、なんとなく中高年からかかる病気というイメージがある。しかし、実際には20代でも約7割、30代では約8割の方が疾患を持っていると言われている。その歯周病にはいくつかの原因がある。まず始めに「プラーク」。歯垢とも言われ、これが主な原因となっている。歯の表面につく細菌の塊で、うがいで取り除けない。次に「歯石」。これはプラークが石灰化したもの。この部分にはさらにプラークが付きやすく、またそこで繁殖していく。さらに、悪い歯並びや、古くなって歯に合わなくなったかぶせ物や詰

め物。歯並びがわるいと歯磨きをしてもプラークが取れにくく、また、かぶせた物が古くなって歯との間に段差や隙間ができると、磨いてもその部分のプラークが取れない。最後に全身的な要因がある。栄養が偏っていることやホルモンバランスが崩れていること、糖尿病や高血圧などは、歯の周りの免疫力を弱め、歯周病に対する免疫力を弱める。また最近では、喫煙も歯周病を引き起こしやすいこともいわれている。

平成19年度静岡県歯科健康診査結果



4歳児保護者対象アンケート

アンケート項目	牧之原市 (%)	静岡県 (%)
仕上げ磨きをする	58.4%	54.2%
フッ素塗布3回以上	65.7%	42.7%
おやつを子ども任せにしている	29.5%	23.6%
1日に甘いお菓子を2回以上あげている	27.1%	24.4%
買い食いをよくする	49.6%	44.4%

県内市町のむし歯のある幼児の率（順位表）

5歳児			3歳児			1歳6カ月児		
順位	市町名	有病者率	順位	市町名	有病者率	順位	市町名	有病者率
1	大井川町	39.2%	1	川根本町	10.0%	1	河津町	0.0%
2	島田市	45.1%	2	新居町	12.0%	1	松崎町	0.0%
...
37	吉田町	60.6%	31	南伊豆町	25.0%	38	東伊豆町	4.1%
38	牧之原市	60.7%	31	牧之原市	25.0%	39	牧之原市	4.8%
39	御前崎市	61.5%	35	富士宮市	26.0%	40	南伊豆町	3.1%
...



予防 歯磨き



▶ 予防=悪い事態が起こらないように前もってそれをふせぐこと。

▶ 歯磨き=歯をみがいて清潔にすること。=歯をみがくとき歯ブラシなどにつける粉状・練状のもの。炭酸カルシウム・リン酸カルシウムを主成分とし、香料などを加えてつくる。

むし歯の原因は3つ だから予防法も3つ

むし歯の原因は、「歯の質が弱い」「むし歯菌」「甘い飲食物」の3つである。この3つを克服できれば、むし歯はなくなるといわれる。

フッ素で歯を強くする

フッ素には、むし歯で穴があく一歩手前の状態を元に戻そうとする力がある。わたしたちのまちの特産品であるお茶にも、このフッ素は含まれていて、知らず知らずの内に口にしていることになる。

まずは、フッ素塗布。

フッ素のむし歯抑制効果を利用したもので、歯に直接塗布する予防法。市ではむし歯がある3歳児の割合が、10年前と比べて半数以下に下がっている。これはフッ素の予防効果の一つであることもいえる。

4歳児の保護者を対象に行ったアンケート結果において、市では1歳6カ月児から4歳児までに半年ごとにフッ素塗布を実施しているため、3回以上実施している率は県の平均よりも非常に高い傾向にある。

次に、フッ素洗口。
歯磨き後、フッ素を用いて毎日うがいをする予防法。これは家庭で簡単にできる方法でもある。

洗口方法は、1日1回、できれば寝る前の歯磨きをした後、5から10ミリの洗口剤を30秒間ブクブク

歯周病の予防は プラークを取り除くこと

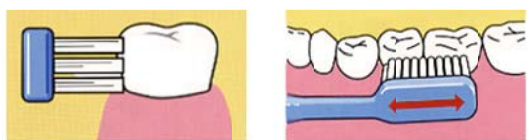
歯周病の最大の原因はプラークであるから、このプラークを取り除くことが大切な予防法である。そのため、「基本・効果的なブラッシング」と「定期的な検診」が必要になる。

基本・効果的なブラッシング

ブラッシングは、ただ「磨く」のではなく「磨けていること」が大切であり、基本のブラッシングと歯周病予防に効果的なブラッシングを取得する必要がある。

そして、1本1本丁寧に毎日続けることが予防につながる。

基本の ブラッシング



毛先を歯にきちんと当てて磨く。

軽い力で小刻みに動かし、5~10秒を目安に、1~2歯ずつ磨く。



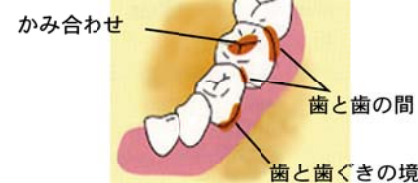
歯の奥側はハブラシの「つま先」で

中央部は「わき(サイド)」で

手前側は「かかと」で 内側も「かかと」で

歯の形は1本1本が丸みを帯びている。歯の面にあわせてハブラシのつま先・かかとなどを使い分けて磨くと効果的である。

プラークがつきやすいところを、しっかりブラッシングしてあげる。



効果的な ブラッシング



歯と歯ぐきの境目(歯周ポケット)を意識して磨くことがポイント。

ハブラシの毛先を歯と歯ぐきの境目に45度の角度で当てて、軽い力で細かく(5ミ程度)前後に動かして磨く。

クウがいするだけ。ただし、くれぐれも誤って飲んでしまわないように注意が必要である。

歯磨きでむし歯菌を取り除く

子どもが自分できれいに磨けるようになるまでは、保護者が仕上げ磨きをすることが重要である。

小学生になっても、磨き残しがないか確認するとより良い。

甘い物を控える

むし歯のある多くの子どもには、甘いおやつを食べ、また食べる回数が多い傾向がある。

むし歯を予防するには、大人が、どのようなおやつが子どもにとって一番いいのか理解して、食べさせる回数を減らさなければいけない。

また、時間を決めずにだらだら食べると、口に入った砂糖を取り込んだ細菌が酸を放出し、歯の成分を溶かし、むし歯になりやすくなってしまふ。そのため、おやつ時間を決めることも重要となる。

キシリトールのような代用甘味料が含まれているものを利用するのも一つの予防である。

またハブラシは、1カ月に1度、交換をしたほうがいい。

毛先が開くと汚れの除去効果が約6割に落ちてしまう。ハブラシを裏側から見ると、毛先が横にはみ出していたら交換の時期。毎月8日の「歯の日」を交換の目安にしてもいいだろう。

定期的な検診

歯周病は、かかり始めの時期は自覚症状がない。

よって、予防するためには、まず自分の歯肉の状態を知らなければならぬ。そのためには歯科医による定期的な検診を勧める。

定期的に検診を受けると、自分に合った予防法を指導してくれる。これを機に、歯にも「かかりつけ

仕上げ磨きのポイント

1 上の前歯の歯と歯ぐきの境目、奥歯のかみ合わせの溝、歯と歯の間と歯の裏側の汚れが残しやすいところ。



2 歯ブラシは歯に直角に当てて、細かく振動させる。



3 上の歯を磨くときは上唇の裏側にある筋を磨かないように気をつけ、奥歯から磨き始める。痛みを感じやすい上の前歯は最後に磨く。



4 奥歯のほっぺ側と前歯の唇側を磨くときは「イー」、下の舌側を磨くときは「アーン」という口をさせて磨いてあげると磨きやすい。



おすすめの おやつ

口の中に残りやすく、さっと通り過ぎる食べ物

- ・ヨーグルト
- ・チョコレート
- ・ジャム
- ・ゼリー
- ・果糖
- ・手作りケーキ

口の中を酸性にしない食べ物

- ・ナッツ
- ・チーズ
- ・季節の野菜
- ・キシリトール

よくかむおやつ

- ・煮干し
- ・スルメ
- ・おやつこんにぶ
- ・サラダ
- ・フレッシュフルーツ
- ・キシリトールガム

歯によい飲み物

- ・水
- ・お茶

牧之原市成人歯周病健診(無料)

実施期間 7月~12月
対象 平成21年3月31日現在で、40・50・60・70歳の方
▼40・50歳は6月に全員に受診券を郵送
▼60・70歳は11月30日までに健康づくり室(☎23)0024に申し込む。
受診方法 市指定歯科医院で個別受診

の「歯科医」を持って見たらどうだろうか。
また、市では成人歯周病健診を、40・50・60・70歳を対象に、毎年実施している。定期的に健診を受けていない方やこれから受けようとする方は、これをきっかけにするといい。



8020が合言葉

▶8020運動＝「80歳になっても自分の歯を20本保とう」という運動で、一生自分の歯で楽しい食生活と健康な日常生活を送ることを目標としている。平成元年に厚生省（現・厚生労働省）と日本歯科医師会が提唱したもの。

みんなで予防しよう 市民参加型の歯科会議

むし歯や歯周病は生活習慣病であ

歯科保健推進会議委員の声



市保健委員 会長
おさめ
鈴木 長馬さん

健康診断や人間ドッグで病気が発見されなかった、助かったという方も大勢いて素晴らしいことですが、それよりも病気自体にかからないことがもっといいことと思われま

す。それには、健康への入り口である歯が重要な役割を担うため、8020運動により健康な歯を維持する取り組みも行われてきました。そのための政策として8020推進ステーションにおいて「歯っぴー研修会」を計画し、歯の大切さを話し、歯磨きの方法などの研修会を開催しました。今後もこのような活動を開催して、むし歯や歯周病を予防し、自分の歯で楽しい人生を送れるよう広がっていきます。皆さんも研修会へ参加をお願いします。



棟原歯科医師会副会長
山本 繁さん

上下の歯がかみ合って食べ物をかみ砕く。若いころは当たり前だったことがだんだん難しくなってきます。80歳で20本以上の歯があれば、何とか上手に食べ物をかみ砕くことができます。物をよくかみ砕くことは、胃腸

の負担を減らし全身の慢性疾患を予防し、体調をよくすることでしょう。歯を失う原因は、むし歯だけではなく、歯周病でも多くの歯が失われていきます。牧之原市では、市民からの歯に関する意見を聞き、8020運動を実践していこうと平成20年度から市民参加型の歯科会議「8020推進ステーション」を立ち上げました。会議では、この運動の達成者から話を聞くことや、「朝ごはんを食べないと口臭が強くなる」などという学会で発表された情報を伝えるなど、意見交換をしたり、問題点を考えて解決する方法を探したりしています。最後までおいしく食べて、幸せな人生を送ってほしいというのが歯科医師の最大の夢ですから、皆さんも8020運動をぜひ実践していきましょう。

り、解決するには自分自身の生活習慣をよりよい方向に変えていく必要がある。しかし、一人で解決していくのはとても大変だ。そこで市では、市民参加型の歯科会議である牧之原市歯科保健推進会議「8020推進ステーション」を平成20年度から立ち上げた。これにより、市民が健康を願い、自分自身が計画や事業に参加することで、効果的な歯の健康づくりがさらに発展し、健康寿命の延伸や医療費の削減につながることを期待される。

20年度の会議では、市の現状を共有し、フッ素洗口体験や意見交換を行い、また、歯科保健推進の核になる市民育成のための「歯っぴー研修会」の開催を協議し、開催に至った。研修会には、子どもから大人までの20人の市民に参加してもらい、歯科医師による講話や歯科衛生士によ

るブラッシング指導、口の中の細菌観察などを行った。参加した市民は「歯ブラシを考慮して選ぶようになった」「歯が以前よりもきれいになった」「おやつの量を気にするようになった」などの声が聞かれ、少しづつではあるが効果が出てきている。

このような考えが市全体に広がっていくよう、8020推進ステーションは今後も活動の輪を広げていく。興味がある方は一度のぞいてみてはどうだろうか。

- 今後の展開
- ▼若年層への歯周病予防の啓発
 - ▼歯周病健診の意識を高め受診率の向上を図る
 - ▼「歯っぴー研修会」の受講者および8020推進員を継続して育成
 - ▼8020推進員を通じて、市民から市民への歯科予防の啓発



1 ブラッシングの確認(染め出し) 2 親子でブラッシング 3 歯科衛生士のブラッシング指導

募集! 80歳以上で自分の歯が20本以上ある方、歯のコンクールに出てみませんか。出場して、健康な歯を保つ秘訣をぜひ教えてください。
問い合わせ 健康づくり室 ☎(23) 0024

子どもたちの歯はまだ白い。あえて言えば「真っ白な宝物」。わたしたちはこの宝物をずっと守っていけるのか。そして、わたしたちは自分の歯を失うことなく幸せな人生を送ることができるのか。子どもから大人まで、すべてを幸せにできるのは、治療ではなく予防であり、「80歳になっても自分の歯を20本保つ」という意識を持つことではないだろうか。

この特集で牧之原市に住むすべての方が、歯の疾患の予防に興味を持ち、自分の歯を多く残せる幸せな人生を送ってくれたらと思う。なぜって。

それは、わたしの歯が、わたしの「永遠のパートナー」だから。

「うみ・そら・みどり」と 共生するまち」を目指して

牧之原市環境基本計画

【望ましい環境像と基本目標】
牧之原市総合計画の将来都市像である「うみ・そら・みどり」と共生するまち」を望ましい環境像として、5つの基本目標とそれを達成するための個別の目標を掲げました。



↑市の美しい環境を次世代に残すことが、市民の使命。



↑雑紙減量大作戦は、資源循環と地域の輪を広げる。



↑里山整備などの環境学習は、自然を大切に子どもを育む。

牧之原市環境基本計画……牧之原市の環境の保全および創造にかかわる取り組みを、総合的かつ計画的に進めるために、市の目標とする望ましい環境像とその実現に向けた取り組みを示したもので、平成28年度を目標年次としている。このほか本計画には、市民や企業、市役所の役割も記載されている。20年度には、市民の代表で構成するワークショップを組織し、「協働」で本計画の策定を行った。

牧之原市地域新エネルギービジョン……地球温暖化防止対策として、再生可能エネルギーである太陽光や風力、バイオマスなどの新エネルギーの導入を推進していく計画。地球温暖化の原因となっている二酸化炭素の排出量増加を、新エネルギーを導入することにより、抑制・減少していくことを目的としている。

里山、里海、そして人をつなぐまちづくり（自然環境）

ふるさとの自然をみんなで考えよう

市の財産である里山や里海の自然や風土を生かした人と自然が共生するまちを目指します。

▶優れた自然環境の保全▶生物の多様性の確保▶景観・歴史的文化的環境の保全と創造

全員参加で4Rを積極推進し、ものを大事にする心を育むまち（資源循環）

牧之原市民はもったいないことはしません

資源を有効活用し、豊かな環境の恵みを享受できる「質」を重視した循環型社会を目指します。

▶4R（リデュース：削減、リフューズ：抑制、リユース：再利用、リサイクル：再資源）の推進▶適正なごみ処理の推進とごみ削減意識の向上▶不法投棄の防止▶水循環利用と節水の推進

広げよう“クリーン&グリーン”（生活環境）

コミュニティが支えるオランまち

花と緑豊かな環境の創出や、大気や水、騒音などの苦情を減らし、快適で健康なまちを目指します。

▶花と緑のまちづくり▶深呼吸できる香り発つまちづくり▶次世代につなぐきれいな水と土▶安全・安心、清潔な暮らし

低炭素社会への取り組み（地球環境）

うみ・そら・みどりのために

地球温暖化防止を進めるため、身近なことで今できることを自ら推進し、すべての市民が温暖化防止に取り組むまちづくりを進めます。

▶新エネルギー導入の推進▶省エネルギー対策の推進

想いをつなぎ育てるふるさとづくり（環境教育）

幸せ生活実現のために

環境に関する意見やアイデアを生かし行動する「市民環境力」の高揚を図り、自らが率先して行動する社会の実現を目指します。

▶人づくりの推進▶地域ネットワークづくりの推進

牧之原市地域新エネルギービジョン

【重点プロジェクトと協働プロジェクト】

新エネルギー導入により、平成27年度までに18年度対比で、二酸化炭素3万トンの削減を目標とし、3つの基本方針（新エネルギーの地産地消、全市民の連携、新エネルギーの率先導入）により実行していきます。



↑写真は落居ウィンドファーム。この5基で、およそ6,500世帯分の年間消費電力を賄うことが可能。

市民風車事業……市民参加による風車建設を通じ、自分たちのエネルギーは自分たちで選び、創り出すという仕組みを実現させる。

グリーン電力証書……風力や太陽光などの自然エネルギーから発電された電気は、地球環境やわたしたちの未来をより良くするといった「エコ価値」を持っていると言われる。そのかわり、従来の電気に比べて高い発電費用が必要。そこで、「その価値を評価し、対価を支払ってくれる人が、その自然エネルギー電気を使っていると見なす」ルールが生まれ、それを証明するもの。

バイオマス……家畜排せつ物や生ごみ、木くずなどの動植物から生まれた再生可能な有機性資源。石油、石炭など限りがある化石燃料に代わる再生可能エネルギーとして注目されている。

重点プロジェクト

風をつかむ街「まきのはら」プロジェクト（風力発電利用）

市内で最も新エネルギー量が豊富な風力発電を利用する計画です。すでに落居区内で5基の風力発電が稼働中です。

▶商業用風力発電事業（民間事業者への支援）▶市民風車事業▶グリーン電力証書利用推進事業（グリーン電力証書を活用した電力購入）

まきのはらバイオスタンププロジェクト（バイオマス利用）

市内の豊富なバイオマス資源（剪定枝や家畜ふん尿、生ごみ、廃食用油など）を利用する計画です。

▶木質系バイオマス利活用事業▶家畜ふん尿・生ごみバイオマス利活用事業▶廃食用油利活用事業

低炭素な「住」環境づくりプロジェクト（太陽光発電、太陽熱利用、省エネ機器等導入促進）

太陽光発電や太陽熱温水器の導入や省エネ機器、エコカーの導入を促進する計画です。

そのほか、導入支援事業（新エネルギー導入に対する補助制度の検討）や環境教育事業（学校などへの率先導入）などにより、重点プロジェクトを推進していきます。

協働プロジェクト

重点プロジェクトの推進には、市民や事業者の皆さんの協力が不可欠ですので、今後、一丸となって新エネルギーの導入を推進します。

二酸化炭素削減5万人総参加事業

すべての市民の皆さんが参加する事業です。生ごみや廃食用油の分別回収や市民風車への出資などを予定しています。

二酸化炭素削減パートナーシップ事業

エネルギー消費量の多い事業者と、消費量削減の協定書を結ぶことなどを予定しています。

未来のために……

国では、環境政策として、太陽光発電の設置補助制度に加えて、エコカー減税や省エネ家電へのエコポイント制度などが開始され、家庭での環境に配慮した取り組みが推進されています。

牧之原市でも、環境に配慮した取り組みを推進していかなくてはなりません。

市の良好な環境を保全していくためには、市民の皆さんの協力が不可欠です。

雑紙減量大作戦やマイバッグ推進運動、新エネルギーの導入など、市を挙げての取り組みが期待されます。

一人一人の身近な取り組みが、市の環境保全につながり、ひいては地球環境の保全にもつながります。

また、自宅の壁際に植物を植えて緑のカーテンを作ったり、テレビなどの電化製品を省エネ対応のものにしたりするなど、小さなことでも環境に優しい生活をするのが、この2つの計画を推進し、次世代により良い「まきのはらの環境」を残せることになるでしょう。

「牧之原市環境基本計画」と「牧之原市地域新エネルギービジョン」は、両庁舎情報公開コーナーや相良・榛原図書館、各公民館のほか、市ホームページでご覧いただけます。

問い合わせ
環境室 増田 ☎(53) 2609
http://www.city.makinohara.shizuoka.jp

*この計画で使用されている表現や漢字は、計画策定ワークショップで決定されたものを使用しています。

あなたの一票が静岡県の未来をつくる

静岡県知事選挙

7月5日 午前7時—午後8時

選挙は、わたしたちのまちづくりの舵取りをするリーダーを決めるものです。そして投票は、わたしたち一人一人に与えられた政治に参加できる権利です。

あなたの一票が静岡県の未来をつくりまします。自分の手で投票し、まちづくりに参加しましょう。

6月17日に静岡県知事が辞職することに伴い静岡県知事選挙が次の日程で行われます。

■期日前投票

期間 6月19日(金)～7月4日(土)

時間 午前8時30分～午後8時

会場 榛原庁舎2階ラウンジ、相良庁舎1階ホール

■投票開票

投票 午前7時～午後8時

開票 午後9時15分から

■持ち物

市選挙管理委員会から送られる入場券ハガキを持参ください。

投票所	対象区
第1投票所 市役所相良庁舎	相良、福岡、大沢
第2投票所 相良B&G海洋センター	波津
第3投票所 片浜コミュニティ防災センター	片浜
第4投票所 大江区民会館	大江(大沢の一部)
第5投票所 相良公民館	須々木
第6投票所 菅山区公民館	菅山
第7投票所 萩間小学校体育館	中里、白井、神寄
第8投票所 東萩間公会堂	西萩間、東萩間
第9投票所 牧之原区民センター	牧之原(相良地域)
第10投票所 地頭方区公民館	地頭方、落居
第11投票所 トーク地頭方	豊岡、新庄、渡速
第12投票所 静波体育館	静波(東)
第13投票所 静波コミュニティ防災センター	静波(西)
第14投票所 川崎コミュニティ防災センター	川崎
第15投票所 細江小学校体育館	細江(南)
第16投票所 細江コミュニティセンター	細江(北)
第17投票所 勝間田会館	勝間田
第18投票所 牧之原コミュニティセンター	牧之原(榛原地域)
第19投票所 坂部区民センター	坂部

問い合わせ 牧之原市選挙管理委員会 原口 ☎(23) 0050

投票箱



資源回収にご協力を

市内の学校などでは、定期的に資源回収を行っています。市では、小さな紙類をごみとして捨てない「雑紙減量大作戦」を本年度も実施します。資源回収を実施する登録団体には奨励金を交付し、可燃ごみの減量やリサイクルの推進を図ります。

■問い合わせ 環境室 永井 ☎(53) 2609

平成20年度実績

登録団体	43団体
回収量	1,781,663*。
奨励金額	5,344,989円

資源集団回収って何？

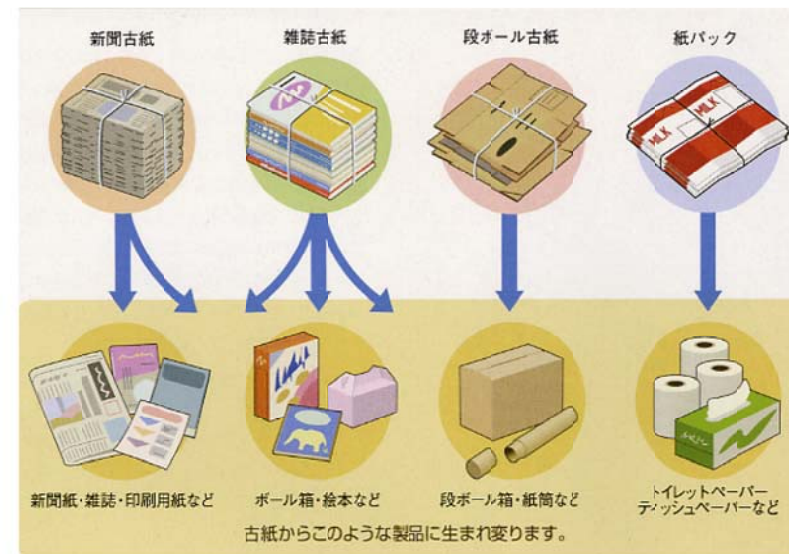
資源回収を行う市内の団体が、市に登録することによって、回収量に応じた奨励金を受け取ることができるようになります。

【奨励金】回収量1*につき3円
【登録団体】自治会、老人クラブ、PTA、その他各種団体

資源集団回収のポイント

- 参加者のリサイクル意識が向上
- 牧之原市のごみ減量が実現
- 地域でのコミュニケーションが広がる

回収された古紙が
何に生まれ変わるか
知っていますか



平成21年度回収予定日

団体名	資源集団回収予定日	団体名	資源集団回収予定日
相良中学校PTA	6月7日(日)、12月13日(日)	榛原中学校PTA	7月26日(日)、2月14日(日)
相良小学校PTA	6月14日(日)、10月18日(日)、2月14日(日)	川崎小学校PTA	6月14日(日)、10月18日(日)、1月17日(日)
相良幼稚園PTA	7月12日(日)、11月15日(日)	榛原ふたば幼稚園	11月1日(日)、2月14日(日)
相良保育園	8月30日(日)	東5丁目町内会	8月22日(土)、9月19日(土)、11月21日(土)、12月19日(土)、3月20日(土)
すすき幼稚園	7月4日(土)、11月7日(土)	細江小学校PTA	6月7日(日)、11月8日(日)、1月24日(日)
相良区	7月19日(日)、9月20日(日)、11月15日(日)、1月17日(日)、3月14日(日)	勝間田小学校PTA	9月27日(日)、11月29日(日)
波津区	10月4日(日)、3月14日(日)	坂部小学校父母と先生の会	11月7日(土)
片浜小学校PTA	10月18日(日)		6月27日(土)、7月25日(土)、8月29日(土)、9月26日(土)、10月31日(土)、11月28日(土)、12月26日(土)、1月30日(土)、2月27日(土)、3月27日(土)
菅山区	6月21日(日)、3月16日(日)、10月18日(日)、12月20日(日)、2月21日(日)	坂部第3町内会	
萩間小学校PTA	9月27日(日)、1月17日(日)	坂部第5町内会	10月17日(土)、1月16日(土)
御前崎中学校PTA	11月15日(日)、2月7日(日)	牧之原中学校PTA	7月26日(日)、11月29日(日)
地頭方小学校PTA	10月18日(日)、1月24日(日)	牧之原小学校PTA	1月31日(日)
地頭方幼稚園PTA	6月14日(日)、10月25日(日)	牧之原保育園保護者会	7月26日(日)、11月29日(日)
地頭方保育園	8月29日(土)		



日ごろの感謝を込めて 手作りの花瓶に生け花

『相良幼稚園・母の日プレゼント作り』

相良幼稚園で5月8日、年長園児46人が母の日プレゼント作りをしました。
 これは、市内で生け花を教えている速水洋子さんが、園児に生け花を通して命の尊さについて学んでもらおうと、毎年ボランティアで行っているもの。
 手作りの花瓶に、お母さんへの感謝の気持ちを込めて、カーネーションやカスミンソウなどを生けました。

ナースキャップをつけ 看護の道へ新たな決意

『静岡県中部看護専門学校・戴帽式』

県中部看護専門学校(焼津市)で5月12日、戴帽式が執り行われました。
 これは、初めて病院実習に臨む看護学生にナースキャップを与え、看護職に対する意識を高め、またその責任の重さを自覚させるためのもの。
 市出身の櫻井春菜さん(細江・右)と尾崎彩香さん(静波・左)は、「最前線で活躍できる看護師になりたい」とそろって決意を話してくれました。



本格的な夏を前にして 静波海岸で清掃活動を

『静波海岸の清掃』

牧之原市観光協会主催の清掃活動が4月19日、静波海岸で行われました。
 これは、静波海岸を訪れる方に気持ちよく海水浴やサーフィンなどを楽しんでもらおうと毎年行われているもの。
 参加者は流木やビニールゴミなどを熱心に拾い集めていました。
 約2時間の取り組みにより、海岸はとてきれいなになりました。夏を迎える準備が進みました。

ゴールデンウィークに ビーチバレーを楽しむ

『ビーチバレーボール大会』

コマリピンピック2009びいす杯ビーチバレーボール大会が5月2日、静波海岸で開催されました。
 これは、ゴールデンウィーク期間中に静波海岸を訪れる方に楽しんでもらおうと行われたもので、1チーム4人の男女混合チーム18チームが参加しました。
 会場の楽しげな歓声の中、砂浜のコートでは多くの熱戦が繰り広げられました。



色鮮やかな花を植えて 空港を明るく華やかに

『空港花いっぱい運動』

坂部を愛する会と市花の会は、坂部振興センターで5月16日、「空港花いっぱい運動」の一貫として、プラントナーへの花の植え付け作業を行いました。
 この運動は、空港を花でいっぱいにして、利用する人に喜んでもらおうと実施しているもので、植えられた花は6月14日まで空港駐車場に置かれ、訪れる方を迎えてくれます。



子どもの健やかな成長 大空の大たこに託して

『さがら凧あげ大会』

「さがら凧あげ大会」が5月4日、5日にさがらサンビーチで開催されました。
 このたこ揚げは、子どもの初節句を祝うもので、江戸時代から続く伝統行事です。
 神事が行われた後、子どもたちの名前と家紋の入ったたこを家族で揚げて祝いました。
 また、須々木幼稚園の年長園児が、鼓笛隊の演奏と踊りを披露し、会場を盛り上げました。

募集

家庭での温暖化防止に
取り組んでみませんか

家庭から排出される二酸化炭素を削減する取り組みとして、「地球を元気にする家族6」を実施します。地球温暖化防止の第一歩です。家族でチャレンジしましょう。

期間 8月1日(土)～9月30日(水)
対象 市内在住・在勤の家族
内容 ▼ごみダイエット表に燃えるごみの日にごみの重さを計測。▼月末にエコライフチェック。▼電気やガス、水道、燃料の使用量をチャレンジブックに記入。
申込方法 電話または電子申請で申し込む。
申込期限 5月19日(金)
申込先 環境室 山岸 電話(53) 2609

高齢者の栄養について
一緒に勉強しましょう

高齢者の「食」に関心のある方やすでに「食」の支援をしている方、高齢者の栄養について詳しく勉強してみませんか。

本年度は鹿島海水浴場
で海水浴ができません

勝間田川河口工事に伴い、本年度は鹿島海水浴場を開設しません。このため、鹿島海岸に監視員がいないので、海水浴はできません。(遊泳危険区域)安全のため海水浴は、監視員がいる海水浴場でお楽しみください。

市内の海水浴場の開設期間は次のとおりです。
海水浴場開設期間
静波海水浴場 6月30日(火)～8月31日(月)
さがらサンビーチ 7月1日(水)～8月31日(月)
問い合わせ 観光空港室 小林 電話(53) 2623

相良地域の皆さんを対象に
防災ラジオを販売

一般ラジオ放送のほか、同報無線の電波を受信し、市からの緊急情報などを聞くことができる「防災ラジオ」を相良地域にお住まいの方に販売します。ただし、相良地域の個別受信機を持っていない世帯に限ります。
申込方法 電話で申し込む。
価格 1050円
販売台数 200台

そして、講座終了後は、「食」の支援が必要な高齢者のお宅などへ、家庭で作ったおかずをおすそわけする活動に参加してみましよう。

期間 6月から9月までの全7回(開校式は6月30日)
会場 さざんか
対象 市内在住の方
内容 高齢者の栄養についての講話と調理実習および、食のボランティア先進地の視察研修など。
申込方法 電話で申し込む。
申込期限 6月19日(金)
申込先 健康づくり室 若杉 電話(23) 0024

無事故・無違反で安全
運転を心掛けましょう

県では、150日間無事故・無違反を目指す「セーフティチャレンジラリー 150」を実施します。

期間 3月1日(土)～12月28日(月)
対象 運転免許証を所有する県内在住・在勤・通学の方。
チーム編成 1チーム3人
申込方法 県ホームページで申込書を入力し、メールまたは、交通安全協会(牧之原警察署、防災室、相良総合窓口)にあるはがきで申し込む。
申込期限 7月3日(金)
申込先 静岡県県民部暮らし

施設の点検のためさがら
子生れ温泉を休館に

期間 6月8日(月)～6月11日(木)
問い合わせ さがら子生れ温泉会館 電話(54) 1126

介護支援専門員の
実務研修受講試験をします

日時 10月25日(日) 午前10時～
会場 静岡県立大学短期大学部ほか
申込方法 受験申込書を県介護保険室に郵送。(当日消印有効)

試験案内・申込書配布

▼配布期間 6月15日(月)～7月15日(水)▼配布場所 市役所介護保険室、市役所相良総合窓口、静岡県介護保険室、各静岡県健康福祉センター
郵送先 静岡県厚生部長寿政策局介護保険室
電話 42018601
静岡市葵区追手町9番6号
問い合わせ ▼静岡県介護保険審査支援スタッフ 電話 54(221) 2317 ▼市役所介護室 大石 電話(23) 0076

コミュニティカレッジ
に参加してみませんか

地域コミュニティづくりに必要な役割を担うリーダーの養成を目指して実施します。
期間 7月～9月(全6回)
会場 あざれあ(静岡市駿河区)ほか
対象 ▼地域のグループに所属し活動している方。▼コミュニティづくりに興味と関心のある方。
応募条件 70歳以下で全プログラムに参加可能な方。
申込方法 電話または直接申し込む。
参加費 無料
申込期限 6月19日(金)
申込先 協働推進室 瀧井 電話(23) 0053

放送大学で学ぶ楽しみ
を味わってみませんか

放送大学では10月入学の学生を募集します。

イベント

健康講座を開催します
中年からの健康づくり

日時 6月15日(月) 午後7時～
会場 榛原総合病院南館講堂
1、2、3(入り口は正面玄関から)
内容 講演「中年からの健康づくり」
申込方法 直接お越しください。
問い合わせ 榛原総合病院企画室 植松 電話(22) 9509

保健・子育て

子育て応援特別手当の
申請は済んでいますか

子育て応援特別手当申請書が届き、まだ申請していない方は、申請書に必要書類を添えて、同封の返信用封筒で郵送するか、子育て支援室または相良総合窓口室に提出してください。
申請書が未提出のままですと、特別手当は支給されませ

「教養学部」▼科目履修生
6カ月間在学し、希望する学

科を履修▼選科履修生 1年間在学し、希望する科目を履修▼全科履修生 4年以上在学し、卒業を目指す
【大学院】▼修士科目生 6カ月間在学し、希望する科目を履修▼修士選科生 1年間在学し、希望する科目を履修
出願方法 郵送またはホームページから出願する。
出願期間 6月15日(月)～8月31日(月)
出願先 放送大学本部
電話 26118586 千葉県千葉市美浜区若葉2-11
http://www.u-air.ac.jp
資料請求 放送大学静岡学習センター
電話 055(989) 1253

奄美大島の自然を体験
し友情の絆を深めよう

期間 3月17日(月)～3月22日(土)
会場 鹿児島県大島郡宇検村内の施設やタエン浜など。
対象 小学3年生から6年生まで
内容 川エビ採り、イカダ作り、シーカヤック、魚釣り、地元児童との交流など。
申込方法 ホームページから入手できる参加申込書に保険証のコピーを添えて郵送する。

児童手当の現況届手続き
きのお願いと振り込み

児童手当の支給を受けている方は、毎年6月1日現在で現況届の届出が必要で、対象となる方には手続きの案内通知が届きますので、内容を確認の上、指定された日時、会場で手続きをお願いします。
また、児童手当の6月期分(2月～5月分)を6月10日に指定口座へ振り込みますので、確認をお願いします。
問い合わせ 子育て支援室 羽田 電話(23) 0071

一人で悩んでいないで
ひきこもりの若者支援

県では、社会的ひきこもりや悩む青少年とその家族を支援する事業を実施しています。「青少年交流スペース アンダンテ」
日時 月曜日～土曜日 午前10時～午後4時
会場 あざれあ(静岡市駿河区)
対象 ひきこもりがちな高校生相当年齢から30歳ぐらいまでの青少年とその家族

お知らせ

定額給付金の申請を済ませていない方や現金での支給を希望されている方で申請をしていない方は、申請書に必要書類を添えて、同封の返信用封筒で郵送するか経営企画室まで持参ください。
6月末日までは榛原庁舎と相良庁舎で相談窓口を設けていますので、お早めに手続きを行ってください。
なお、定額給付金の申請書が未提出のままですと、給付金は支給されませんので、ご注意ください。
問い合わせ 経営企画室 名波 電話(23) 0040

悩みを一緒に考えよう
子ども・家庭110番

子育てや、いじめで悩んだりしていませんか。あなたの悩みを一緒に考えます。
日時 ▼月曜日～金曜日 午前9時～午後8時 ▼土・日曜日 午前9時～午後5時
*祝日、年末年始は休み。
相談受付電話番号
電話 054(273) 4152
問い合わせ先 静岡県中央児童相談所
電話 054(286) 9236

「ひきこもり学習会」

日時 7月11日(土) 午後1時～午後4時
会場 あざれあ(静岡市駿河区)
対象 社会的ひきこもりに悩む家族
内容 「アンダンテ」カウンセラーとの懇談。
申込方法 電話または、住所氏名、電話番号を明記の上、FAXで申し込む。
定員 40人(先着順)
申込先 青少年交流スペース アンダンテ
電話 054(255) 0600

集まれ!

まぎのはら

KIDS

ますだ しりゆ
増田 土竜くん(1歳)



平成20年3月26日生(波津)

りゅー君のチャームポイントはえくぼ★好奇心旺盛でいつも元気一杯です。

いまおら こうせい
今村 虎誠くん(0歳)



平成20年9月20日生(大江)

いつもニコニコ♥元気いっぱい
の虎ちゃん★パパ大好きっ子デス!

おおた あい
太田 葵ちゃん(1歳)



平成19年8月7日生(中里)

えだ豆大好き!アイス大好き!
いっぱい食べて大きくなれ!!

ながの あいは
永野 愛葉ちゃん(2歳)



平成19年3月23日生(片浜)

★食べるの大好きな★あーちゃん
いっぱい食べて大きくなってね♥

なつが さや
夏賀 彩矢ちゃん(2歳)



平成18年11月10日生(川崎)

りゅうりゅう、いつも仲良く
してくれてありがとネ!ちい
ち、かあか大好き!!

にしかわ さとり
西川 知李ちゃん(3歳)



平成18年3月15日生(大寄)

お絵描き大好き、お歌も大好き
♥毎日楽しく幼稚園に通っています♪

KIDS
元気なキッズ募集中。

9月7日(月) 8:15~ 掲載希望のキッズを受け付けます。

- 申込資格 掲載時点で、市内に住んでいる4歳未満のキッズ。
- 申込先・問い合わせ ☎(23)0044(秘書広報室)

受付時間を
守ってネ!



◎今号の表紙

今号の表紙は、相良油田の里公園で5月9日、10日に開催された「新茶まつり」でのもちつき、おもちが緑色なのはお茶が入っているから。ヨモギもちならぬ、お茶もちです。

右の写真はお茶のお手前。普段飲み慣れたお茶も、煎茶道の作法に従って、心を込めて丁寧に注がれた一杯は、飲む人をとて豊かな気持ちにしてくれます。

そのほかにも、油田からの油のくみ上げなどが行われ、大勢の人たちでにぎわいました。



◎まちかど写真館

ゆったりと
ときは流れて...

撮影日5/9 撮影場所:男神



◎編集後記

取材に奔走する日々を過ごしています。その中で1つ気がついたことがあります。それは、取材先で出会った皆さんが、ボランティア精神に溢れていたこと。

新茶まつりをボランティアで運営していた菅山クラブの皆さん。幼稚園の園児に毎年無償で花を提供し、生け花を教えている速水洋子さん。空港花いっぱい運動をボランティアで行う坂部を愛する会と市花の会の皆さん。私も見習いたいです。

