

【 ☎ 69-1111 】

◆夏の企画展「奥津軽の近代林業―世紀のあゆみ―開催！」

博物館所蔵の「津軽の林業用具」が国有形民俗文化財に登録されたことを記念して、中泊地域の林業に焦点を当てた企画展を開催します。

バラメノゴ・ガンタ・バゼンリなど、伐採から集材、運材に用いる山仕事道具、コビギノゴ・マサワリナダ・チョンナなど、製材・柵割などの木工用具を一堂に展示し、林業の役割や歴史、「ヤマゴ」たちの生活を紹介します。



■日時：7月21日(土)～9月16日
(日)午前9時～午後4時45分
■休館日：毎週月曜・毎月第4木曜・祝日
■入館料：通常料金(一般200円、高校・学生100円、小・中学生50円)

◆薄市小で出前授業！

5月17日(木)薄市小で、6年生を対象とした出前授業を行いました。テーマは「中泊のコメ作りと人々の暮らし」。博物館学芸員が、平安時代の水田、江戸時代の新田開発や農作業、戦後の十三湖干拓建設事業・竹田開拓の暮らしなど、古代から戦後に至る米作りの歩みを、パワーポイントを使って解説しました。



出前授業の様子

◆『西山コレクション―奥津軽の至宝―』図録データ公開！

博物館ホームページでは、好評を博した昨年度秋の企画展「西山コレクション」の図録データを公開しています。
町博物館ホームページ(URL)
<http://www.2.town.nakadamari.aomori.jp/hakubutsukan/>



119 ―消防&救急―

水難事故にご注意を！

夏になると、海や川、釣りなどのレジャーに出掛ける機会が多くなると思います。この時期を有意義に過ごすためにも、次のことに十分ご注意ください。

☆海水浴での注意

- その日の体調をチェックする
- 波が高い日や、悪天候の日には泳がない
- 泳ぐ前に準備運動をする
- 子どもは保護者と一緒に泳ぐ

また海では、水辺や岸から一瞬にして沖へ流される「離岸流」に注意しましょう。遊泳場所をしっかりと守り、疲れいているときや睡眠不足のとき、飲酒をした遊泳はしないようにしましょう。

☆釣りの注意

釣り場は、足元が濡れていて滑りやすく危険です。また、時として大波が押し寄せ、海への転落事故に繋がる恐れもあります。万が一の事故に備え、ライフジャケットを着用し、服装は赤や黄色などの目立つ色にしましょう。

花火に注意しましょう

花火で遊ぶときは、説明書をよく読み、次のことに注意して正しく遊びましょう。

- ①人や家に向けたり、燃えやすい物のある場所で遊ばない
- ②風が強いときは遊ばない
- ③子どもは大人と一緒に遊ぶ
- ④まとめて一度に火をつけない
- ⑤打ち上げなどの筒物は、途中で火が消えても、筒をのぞかない
- ⑥花火をポケットに入れない
- ⑦花火をばらして遊ばない
- ⑧花火をするときは水を準備する





中里 ☎(57)3920
小泊 ☎(64)3748

1歳6か月児健診にて (6月7日実施) むし歯のない子の紹介



増田風雅 ちゃん
(今泉上)



小野優希奈 ちゃん
(上高根)



小野心嗣 ちゃん
(上高根)



葛西貴由 ちゃん
(尾 別)



角田蒼斗 ちゃん
(深郷田上)



北島愛大 ちゃん
(薄市下)



米塚明有 ちゃん
(福 浦)



米塚秀太 ちゃん
(福 浦)



田中雛乃 ちゃん
(大沢内)



田村航誠 ちゃん
(向町下)



長利幸直 ちゃん
(富 野)

歯の健康 8020運動

ハチマルニイマル

この名称、聞いたことがありませんか? 『80歳になっても、20本以上自分の歯を保ちましよう』というこの運動は、平成元年から厚生省と日本歯科医師会が推進しています。

食べ物をよく噛んで味わいながら食べたり、食感や歯ごたえを感じたり、おしゃべりを楽しんだり。当たり前のように感じますが、口と歯が健康でないとできません。歯や口の役割は、豊かに生きるための原点です。

歯周病

歯周病は、歯を失う最も大きな要因の1つです。歯磨き習慣

はもちろん、栄養バランスの偏りや不規則な生活が原因となるため「生活習慣病」ともいわれます。歯と歯ぐきの健康は、全身にも大きな影響を及ぼします。病気になるに抵抗力が低下し、繁殖した細菌が歯周病や肺炎などを引き起こしたり、糖尿病の既往がある人では症状を悪化させたりすることもあります。

大人の歯は、合計28本ありますが、奥歯が1本なくなるだけで、噛む力は65%まで低下するそうです。食べ物をしっかりと噛めば、脳が活性化されて認知症予防にもつながります。いつでもおいしく食べ、生き生きとした毎日を送るためにも、口の中の健康を保つことが大切です。

「むし歯は子どものもの」と思っていますか? 確かに、乳歯や生え始めの永久歯は虫歯になりやすいのですが、大人になるとできにくい...ということではありません。何歳になっても、予防を意識し続けることが大切です。

子どもだけじゃない! 虫歯予防は大人も大事

幼児期

まだ自分では正しい歯みがきをするのは難しい時期。甘い食べ物や飲み物によるむし歯が多くなります。

学童期

永久歯に生え変わる時期は、歯並びが変化するため磨きにくく、むし歯になりやすくなります。乳歯のむし歯が永久歯にうつることもあります。

青年期

学校での定期健診などがなくなり、むし歯を放置しやすい時期。以前に治療した歯の詰めものなどが古くなり、再びむし歯になることも多くなります。

成人~老年期

歯周病によって歯ぐきがやせ、歯の根元が露出してしまおうと、その部分がむし歯になりやすくなります。また、入れ歯を使用するようになると、残っている歯に歯垢が付き、むし歯や歯周病を招きやすくなります。

よい歯のシニアコンテスト

県歯科医師会では、毎年「よい歯のシニアコンテスト」を行っています。健康な自分の歯をお持ちの方、この機会にぜひ応募してみませんか? 自薦・他薦は問いません。

■対象: 満60歳以上の県民。ただし、過去のシニアコンテストで優秀賞を受賞した人、8020認定者は除きます。※くわしくは保健センターへ。応募する人は、7月末までにお知らせください。

熱中症に注意!

外の日差しが強くなり、気温も上昇してくると心配なのが「熱中症」です。熱中症が起これるのは、炎天下の屋外とは限りません。

私たちの身体には、体温の調節機能が備わっています。しかし、この調節機能がうまく働かなくなると、体内に熱がこもりめまいや吐き気、脱水症状などの症状が現れます。

熱中症による死者数は増加傾向にあり、特に小さなお子さんや高齢者は重症化しやすいので、注意が必要です。

中泊町の行事カレンダー

7 月			8 月		
16	月		1	水	10:20~ 森と湖に親しむ集い (小泊ダム・遊仙湖公園)
17	火		2	木	
18	水	13:00~14:00 健康相談(小泊保健センター) 15:00~16:00 健康相談(すくすくしたまえ館)	3	金	10:00~ 機能訓練教室(中里保健センター)
19	木	7:00~8:30 特定健診 胃がん・肺がん・大腸がん・ 前立腺がん検診(中里保健センター)	4	土	9:00~17:00 真夏の映画まつり(中央公民館)
20	金	7:00~8:30 特定健診 胃がん・肺がん・大腸がん・ 前立腺がん検診(中里保健センター)	5	日	
21	土	~9/16 夏の企画展「奥津軽の近代林業-1世 紀のあゆみ-」(博物館)	6	月	10:00~11:30 運動教室(中央公民館)
22	日	9:00~ 津軽地区小学生陸上競技大会(運動公園)	7	火	
23	月	10:00~11:30 運動教室(中央公民館)	8	水	
24	火		9	木	
25	水	7:00~8:30 特定健診 胃がん・肺がん・大腸がん・ 前立腺がん検診(中里保健センター)	10	金	なかどまりまつり(中里地域)
26	木	乳児健診(中里保健センター)	11	土	なかどまりまつり(中里地域)
27	金	7:00~8:30 特定健診 胃がん・肺がん・大腸がん・ 前立腺がん検診(中里保健センター)	12	日	
28	土		13	月	
29	日		14	火	なかどまりまつり(小泊地区)
30	月	9:00~ 金魚ねぶたづくり教室(中央公民館)	15	水	10:30~ なかどまりまつり(下前地区) 成人式(パルナス)
31	火	9:00~ 金魚ねぶたづくり教室(中央公民館)			

菊地 麻希子(五所川原市)
 熊木 和紀(新町二)
 小寺 里奈(薄市上)
 池田 圭一(北海道)
 福士 幸美(下高根)
 土田 正規(福島県)
 鈴木 夢華(長泥)
 中野 涼太(鶴田町)
 境 沙也加(むつ市)
 泉 有(大沢内)
 秋田 美穂(つがる市)
 竹内 大介(芦野)
 田村 夏子(向町下)
 安田 勇太(向町下)
 成田 亜佐子(竹田)
 柴田 富則(青森市)
 外崎 智尋(福浦)
 下前 貴臣(広島県)



ご結婚おめでとうございます

山崎 玲実(女・順也)小泊派立
 内海 蒼(男・祐奨)小泊派立
 小山内 悠真(男・浩司)今泉上



お誕生おめでとうございます

(5月届出分)

戸籍の窓口

成田 山本 秋元 永坂 棟方 太田 今野 井沼 山本 今村 桑上 三石 大野 佐野 川村 荒関 青山
 き イ 一 サ ハ と つ ト 重 タ 正 光 ハギエ 修 キサエ フ サ 昭
 92 68 75 87 85 92 84 80 75 92 65 91 92 74 73 87 67
 (入 舟) (浜 町) (小泊派立) (下前浜) (花丘町) (上 町) (温泉町) (尾 別) (上高根) (派立下) (芦 野) (今泉下) (豊 島) (田茂木) (今泉下) (派立下) (今泉下)



お悔やみ申し上げます

人のうごき

5月末現在(前月比)

人口	12,922人(-17)
男	6,098人(-2)
女	6,824人(-15)
世帯数	5,162戸(-2)
出生	3 / 死亡 18
転入	19 / 転出 21