



Happy Birthday

VOL.49



よこやま あい
横山 愛ちゃん 1歳
田助町

1歳の誕生日おめでとう(*´▽`*)
これからも素敵な笑顔で元気に育ってね♪

from 達矢さん 千春さん



はだばら ゆら
畑原 有愛ちゃん 1歳
大久保町

1歳の誕生日おめでとう♥
弟のことよろしくね(^^)

from 翔さん 絵莉さん



よしおが かいと
吉岡 快飛くん 2歳
野子町

2歳のお誕生日おめでとう☆これから
も元気にすくすく育ってね(^^)

from 義人さん 紗央里さん



たにむら りお
谷村 莉栞ちゃん 6歳



きむら あやな
木村 綾那ちゃん 1歳



かわくち しょうのすけ
川口 昇之佑くん 1歳



いとう けんた
伊藤 健太くん 3歳



わたりくち とな
渡口 奏ちゃん 6歳



やまどえ ぞら
山添 蒼空くん 3歳



むら くれあ
村 来莉愛ちゃん 3歳



やまもと りゅうせい
山本 琉生くん 4歳



ひろい しんべい
廣井 新平くん 2歳

6月生まれの皆さんお誕生日おめでとうございます。にっこり笑顔の花がたくさん咲きました！ 編集室より

募集しています

大募集！「まちのひとびと」へあなたも投稿しませんか？

【クラブ紹介】

スポーツ団体や芸能団体など、平戸のまちで活躍するさまざまな団体を紹介します。私たちの活動を紹介して欲しいなど、掲載を希望する団体は広報ひらど編集室までご連絡ください。

7月
生まれ
募集中

Happy Birthday 投稿募集！

発行月に誕生日を迎えるお子さんの写真を募集します。投稿締切は6月15日
おめでとうメッセージ付きの掲載は先着3人まで。発行月前の15日までにお送りください。

投稿方法 写真、お子さんの氏名（ふりがな）、生年月日、性別、投稿者氏名、住所、電話番号、メッセージを添えて、郵便またはEメールでお送りください。

あて先 〒859-5192 広報ひらどHappy Birthdayコーナー
Eメール kouhou@city.hirado.lg.jp



▲こちらのQRコードからも投稿できます。

ハハママへ。
早めに出してね♪



※メール送信の際は、件名に必ず「7月号Happy Birthday」と入れてください。
※ご投稿いただいた写真は、必ずしも掲載とは限りませんのでご了承ください。
※被写体の承諾については、投稿者の責任となります。

6月は「食育月間」、毎月19日は「食育の日」

近年の食をめぐる環境の変化の中、生活習慣の乱れからくる生活習慣病有病者の増加、子どもの朝食欠食、孤食、高齢者の栄養不足、日本型食生活や伝統的食文化の衰退など「食」にまつわるさまざまな問題が生じています。

「食育」とは、さまざまな経験を通じて「食」に関する知識と、バランスの良い「食」を選択する力を身に付け、健全な食生活を実践できるようになることです。

食べることは生涯にわたって続く基本的な営みですから、子どもはもちろん、大人になってからも「食育」は重要です。

「食育月間」や「食育の日」を機会に、皆さんも「食育」に取り組んでみませんか。

■お問い合わせ 保健センター健康づくり推進班 ☎57-0977

健康・福祉
いきいき通信

health and welfare information

vol.71



6月4日～10日は歯の衛生週間

本市の3歳児のむし歯は、全国や県の平均と比べても多くなっています。

この機会にお子さんのむし歯を少しでも減らすために、むし歯予防について真剣に取り組ましましょう。

■お問い合わせ 保健センター保健サービス班 ☎57-0977

- 全国の3歳児のむし歯は 平均0.62本
- 長崎県の3歳児のむし歯は 平均0.88本 【全国でワースト11位(平成26年度)】
- 平戸市の3歳児のむし歯は 平均1.65本 【県内でワースト4位(平成26年度)】

子どもの歯を、むし歯から守るために次のことに取り組みましょう

- 1 甘いものをとり過ぎない。ダラダラと食べない。
- 2 歯みがきの習慣を身につけ、仕上げ磨きで歯垢を取り除く。
- 3 歯の質を強くするためにフッ化物を応用する。
- 4 かかりつけの歯科医で定期的に検診を受ける。



フッ化物を応用した次の事業を実施しています

①フッ化物塗布事業

歯科医院でフッ化物ジェルを歯の表面に直接塗る方法で、歯の再石灰化を助け、歯質を強化することで、乳児むし歯の予防を図ります。平戸市では「ふるさと納税」を活用して、1歳6カ月児健診から4歳の誕生日の前日までのお子さんを対象に費用を助成しており、自己負担が無料で受けられます。

②フッ化物洗口事業

濃度の低いフッ化物水溶液で30秒間の「ブクブクうがい」を行い、歯の表面に定期的にフッ化物イオンを増やして虫歯を予防するものです。

平戸市では、保育所・幼稚園の年中児から小学生までを対象に集団で実施しています。

