



# みんなので防ごう児童虐待



11月8日 いいはのひ

## かむ 話す 元気の源 元気な歯

11月8日は、いい歯の日です。平成5年に日本歯科医師会が「11(いい)8(歯)」の語呂合わせをもとに制定しました。

市でも市民のみなさんの歯の健康を保つために、セミナーや歯科検診などさまざまな取組みを行っています。おいしく食べたり、楽しく会話をしたりすることは、心とからだの健康につながります。いつまでも丈夫で健康な歯を保ち、いきいきと生活しましょう！

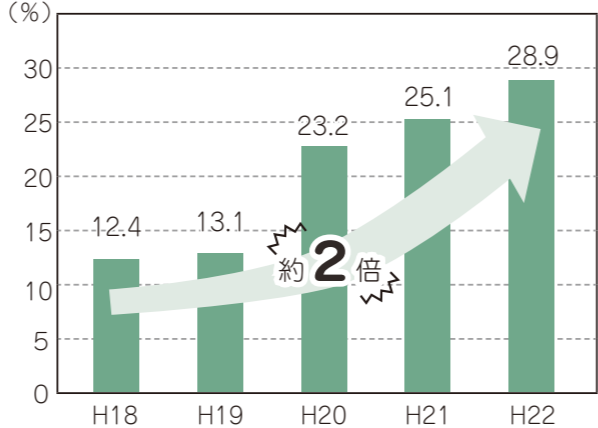


しゅっしゅ 歯科検診！

### 定期健診を受けましょう

定期的に歯科検診を受けている人は、平成18年度から5年間でおよそ2倍以上に増えています。自己管理とともに、定期的に自分のお口の健康状態のチェックやアドバイス、予防処置してくれる「かかりつけ歯科医」を持ち、歯の健康を守りましょう。また、市では歯ッピー検診を実施しています。お口の健康を振り返る機会として、ぜひ活用してみませんか？

歯ッピー検診受診者アンケート結果 定期的に歯科検診を受けている割合



### お父さん・お母さんへ

「どう子育てしてよいか分からない」  
「我が子なのに可愛いと思えないときがある」

そんな悩みをもっているのは、あなただけではありません。1人で悩まず、頑張らず、抱え込まず、相談しやすい身近な所で、そんな気持ちを聞かせてください。



#### みんなの助けを借りて

思い通りにならない子育てを1人で頑張ると、不安で押しつぶされそうになってしまいます。子育てはみんなに頼ることも大切。

何でも1人で抱え込まず、祖父母や親戚、友人、近所の方など、頼れるところは頼りましょう。

#### パパも子育てに参加して

「子育ては母親の役割」では、お母さんは孤独になるばかり。お父さんにもできることがたくさんあります。まずは、お母さんの話にしっかり耳を傾けてください。

子育てに  
行き詰まらない  
ために

#### 仲間で集まり情報交換を

同じくらいの子どもをもつお母さん同士集まり、情報を交換したり、悩みを相談したりすることで、子育てにも意欲が出てきます。

一歩外に出て、子どもが集まるいろいろな場所に出かけてみましょう。

#### 困ったときは支援機関に相談

まわりの人に話せない悩みや相談は、身近な子育て支援機関（子育て総合支援センター、健康管理センター、保育園など）に相談してみよう。相談や助けを求めることは恥ずかしいことではありません。

### 地域の皆さんへ

#### 子育て中の親御さんに声をかけて

近所を散歩していたり、公園で遊んでいたりとする親御さんがいたら、声をかけてあげてください。地域の温かい見守りが、虐待防止につながります。

#### 虐待かな…と感じたら連絡を

子どもの虐待を発見したときは、下記の機関まで連絡・相談してください。「しつぱだろう…」「通報しても虐待でなかったらどうしよう…」と思うかもしれませんが、その一報が虐待を防ぐために必要です。「虐待かな」と感じたら、1人で悩まず、気軽にお電話でご相談ください。

★相談内容や連絡した方の秘密は固く守られますのでご安心ください。

#### 児童相談窓口の連絡先

▶市役所 児童家庭課 ☎22-8223

▶敦賀児童相談所 ☎22-0858

〈夜間・休日専用ダイヤル〉 ☎0776-24-3654  
24時間 365日よ  
(総合福祉相談所内)

問合せ 児童家庭課 ☎22-8223

福井県よい歯のコンクール 優秀賞  
たきかわ まさや 瀧川 理也くん親子



#### 歯磨きのコツをお聞きしました

奥歯は特に念入りに磨くようになっています。歯医者さんや歯の本で、むし歯予防や歯を強くするためにはフッ素がよいと知ってからは、歯をみがき終わった後にフッ素のスプレーやジェルを使っています。

無料

### 「子どもたちの健康な口腔環境のために」 —咀嚼トレーニングガムの有効活用—

よく噛むことは、さまざまなよい効果がありますが、実際によく噛むことはむずかしいですよね？

噛むということの大切さをもう一度見直しましょう。

とき 10月30日(日) 10時～12時

ところ ニューサンピア敦賀

講師 日本大学松戸歯学部歯科矯正学講座

教授 葛西 一貴 氏

対象 歯科関係者・教育関係者  
関心のある保護者

問合せ 健康管理センター ☎25-5311