

# 歯を大切に むし歯ゼロの子大集合

4月に行われた3歳児健診で、むし歯がなかった子どもたちを紹介します



山崎 莉子ちゃん  
(北金1区)



七戸 咲陽くん  
(横磯)

## 虫歯予防の豆知識

<仕上げ磨きはいつまで必要?>

なぜこどもは仕上げ磨きが必要なのでしょう?こどもの歯は柔らかく酸に溶かされやすい、手先の運動発達が未熟、集中力の持続が短い等があります。こどもの歯はそもそもの質が虫歯になりやすいことに加えて、歯を磨く力をつけるには時間がかかるため、大人による仕上げ磨きが必要なのです。では、いつまで仕上げ磨きが必要かという、全ての乳歯が永久歯に生え変わる**12歳頃(小学校6年生)**とされています。乳歯のむし歯は、歯並びの悪化や永久歯のむし歯のリスクが高くなる等さまざまな影響があります。お子さんの将来を想って、根気強く仕上げ磨きと付き合っていきましょう。

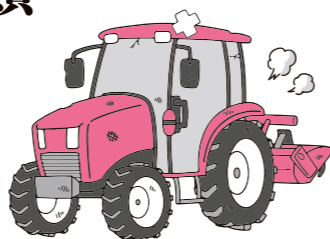
## 現金買取 鉄・非鉄・農機具類

株式会社 高橋商事 五所川原営業所

引取りもご相談ください。

つがる市柏鷲坂清見71-16

TEL 0173-26-7576



ナマコを計量する漁師

## 大きく育て! 深浦ナマコ 5/9

沿岸ナマコ資源の安定確保を目的に、新深浦町漁業協同組合大戸瀬地区の磯回り漁業者が採卵作業に取り組み、約200万個の受精卵を確保しました。ナマコは地域の重要な水産資源である一方、漁獲量変動するなどの課題を抱えています。そのため、漁業者らが中心となり、親ナマコの管理から採卵、受精まで丁寧な作業を行いました。今回確保された受精卵は、ふ化後の幼生の段階で各地区の海へ放流されました。

地域の磯回り漁業者によるこうした取り組みは、深浦の海を守り、次世代へ豊かな漁場を引き継ぐ重要な活動となっており、資源の増大と持続的な漁業につながることを期待されます。

## おかずや保志乃オープンしました 5/12

おかずや保志乃が5月12日に円覚寺前こみせにオープンしました。

日替わりの惣菜を主に100円で提供しており、取材した当日は鶏胸フライやふき炒め、麻婆豆腐など5品を販売していました。

店主の井澤さんは「オープンしたばかりでまだまだ模索中。でもこれを機に少しでも町に貢献できれば」と語ってくれました。

現在はおかずだけの販売ですが、将来的には弁当やランチ営業も目指しています。

当店は11時に開店、売り切れ次第終了です。お求めの際はお早めに。



店を構えるおかずや保志乃



採苗作業をする漁協職員と町職員

## 大きく育て! 深浦ワカメ 5/14

来春の養殖ワカメの出荷に向けて、吾妻沢の「深浦町海藻類採苗センター」において、ワカメの採苗作業が実施されました。

当日は、青森県産業技術センター水産総合研究所の指導の下、メカブから出た胞子を専用の糸へ附着させる作業を行いました。今後は、水槽で約半年間培養し、芽が5ミリ程度に成長した段階で、海での本格的な養殖へと移行します。

深浦町のワカメ養殖は、北金ヶ沢、深浦、大間越の3地区で長年取り組まれており、各地への出荷のほか、加工品にも活用されています。今後も地域の水産業振興に向け、関係者が連携しながら取り組みを進めてまいります。

## 深浦町食生活改善推進員会 総会及び研修会開催 5/21

町食生活改善推進員会総会及び研修会が町保健センターで開催されました。

研修会では、公益財団法人 味の素ファンデーション シニアアドバイザーの山田幹夫氏を講師として招き、『災害時の食と栄養の課題及び「どんなときもレシピ集」の活用について』というテーマで研修を行いました。その中で山田さんは「災害時は、炭水化物を中心とした食生活になり、栄養バランスが崩れる。そのため「もしも」のときに不足しがちな栄養を採れるよう「どんなときもレシピ」を参考に日常的に作ってほしい」と話され、推進員たちは熱心に話を聞いていました。



研修を受ける食生活改善推進員