

library news

図書館
だより

市立図書館 ☎ 4 5 5 5

7月 図書館カレンダー						
日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

8月 図書館カレンダー						
日	月	火	水	木	金	土
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

お知らせ

木・金曜日と7・8・9月の水曜日は午後7時まで開館しています。休館日は、月曜日（祝日の場合は開館）・第2水曜日です。

休館日



夏休み図書館情報

◎手づくり絵本講習会

ハードカバーの絵本（かたい表紙をつける）を作る講習会をします。講習は、小学3年生以上を対象としています。保護者のかたと一緒に場合は、低学年でも、本作りを楽しんでいたいただけます。

7月30日(水) (内容を作る)

7月31日(木) (製本をする)

両日とも午前9時30分～

講師 杉谷眞由美さん

持ち物 はさみ、筆記用具など

募集人員 30人（先着順）

申込方法 材料費350円を添えて、

図書館窓口へ申し込んでください。

◎夏休みおはなし会

津おはなしの会「マザー・グース」のかたによるおはなしです。

7月22日(火)午前10時30分～

◎おりがみ教室参加者募集

8月1日(金)午前10時～正午

持ち物 おりがみ・筆記用具など

募集人員 30人（先着順）

◎おはなしの会

7月5日(土)午後2時～

◎絵本と紙芝居の会

7月13日(日)午前10時30分～

第2回 7月26日(土)午前10時30分～

◎赤ちゃん絵本の会

7月18日(金)午前10時30分～

◎ブックスタート

7月23日(水)午前9時～

保健福祉センターひだまり

◎鳥羽こどもの本の会（読書会）

7月8日(火)午前9時45分～

テキスト 『いのちのまつり』

◎ストーリーテリング勉強会

7月15日(火)午前10時～

◎おすすめ本コーナー

「サマーバケーション」特集です。

◆「世界の真珠王生誕150周年御

木本幸吉展」を7月8日(火)まで行っ

ています。

◆図書館を使った調べる学習賞(コン

クール入賞作品展)

7月10日(木)～21日(月)

◆原爆と人間展

7月19日(土)～8月31日(日)

保健師の 一口メモ



歯周病を予防しよう

健康福祉課健康係 ☎ 1 1 4 6

歯を失う原因に、虫歯と歯周病があります。

歯周病とは、歯と歯ぐきの境目に歯垢がたまり、歯垢の細菌が毒素を作ることで起こります。

初期には、歯ぐきに炎症がある程度ですが、そのまま放置すると、炎症はさらに進行し、やがては歯や歯を支える骨まで壊され、歯が抜け落ちてしまいます。

自覚症状が少ないため、放置がちになり、気付いたときには取り返しのつかない状態に進行していることがありますので、注意が必要です。

こんな症状はありませんか？
次の症状は歯周病の兆候です。
・朝起きたとき、口の中がネバネバする
・歯を磨いたときなどに、歯ぐきから血が出る

・口臭が気になる
・歯ぐきが赤く腫れている
・歯と歯ぐきの間によくものが挟まる

歯周病を防ぐには…
丁寧な歯磨きで歯垢を落とすことが一番です。歯のすき間には、歯間ブラシやデンタルフロス(糸ようじ)を使用し、口の中を清潔に保ちましょう。

また、定期的に歯科医院で検診や正しい歯磨き指導を受けることも大切です。

市では、40歳、50歳、60歳、70歳のかたを対象に、歯周病を早期発見し、予防するために歯周疾患検診(節目検診)を実施しています。

この機会に、ぜひ受診してください。(くわしくは、広報とば5月16日号2ページをご覧ください)