# 健康百科

子どもの頃からの習慣は、一生涯にわたり健康に 影響するためとても大切です。 ここでクイズです。

Q:「歯みがきをしていれば、虫歯にならない?」



A:「いいえ。奥歯の溝には歯ブラシがうまく届き ません。歯みがきだけでは不十分です!」

子どもは歯が弱く、甘い飲食物を好むことも多い ため虫歯になりやすく、大人の虫歯は子どもの頃の 再発が大半です。

#### 乳幼児期の口腔ケア

#### ★ 虫歯の要因と予防ポイント

- ① 「歯の質(強さ) | ⇒かかりつけの歯科医院を定期 的に受診する
- ②「細菌(虫歯原因菌)」⇒歯みがきで菌を減らす
- ③「食物(砂糖)」⇒糖分の少ないおやつを時間と回 数を決めて食べる



#### ☆ 歯を強くするフッ化物を利用しよう!

フッ素入りの歯みがき粉を使ったり、歯科医院で 定期的にフッ化物の歯面塗布をしたりするほか、 フッ化物洗口をすることで、歯ブラシの届きにくい 歯が虫歯になることを防いでくれます。

毎日の歯みがきに加え、フッ化物を併用し、生活 習慣を整えて丈夫な歯をつくりましょう!

子育て包括支援課

いもすけ農園さんが育てるお野菜はすべて無農 薬。小さなお子さんからお年寄りまで安心して食 べることができます。ニンジンやネギ、ショウガ、 ナス、ミニトマトなど、季節ごとにさまざまな旬 の野菜を「道の駅まくらがの里こが」や「JA茨 城むつみ農産物直売所総和店」で販売しています。 3月ごろまでは干し芋の販売もしていますの で、ぜひご賞味ください。



こちらから

友だち追加は

### こだわりのオーガニック野菜 いもすけ農園







契約する前によく考えて!

# 1~3月は若者向け消費者被害防止月間です

令和2年度に古河市消費生活センターに寄せられた相談件数は894件でした。そのうち29歳以下の若者の相 談件数は75件ありました。悪質業者は社会経験が乏しく契約知識が少ない若者を甘い言葉で勧誘します。契 約する前に不安や疑問を感じたら消費生活センターにご相談ください。

【問】古河市消費生活センター(尚商工観光課内) [L23-1718]



### 未成年者の定期購入の相談

高校生の息子が親のスマートフォンから SNSの広告にアクセスし、脱毛クリームを注 文した。初回分の代金は980円と低額であっ たが、最低5回分を購入しなければならない 定期購入だと知った。2回目以降は1回の代 金が1万円と高額である。息子は定期購入と は知らずに、親に相談なく申し込んだとのこ とだが、解約できるでしょうか。



### センターからのアドバイス

未成年者が親などの法定代理人の同意を得 ずに契約した場合、契約を取り消す権利(未 成年者取消権)がありますので、この契約は 取り消すことができます。

民法が改正され、今年4月から成年年齢が 20歳から18歳に引き下げられます。高校生 でも法律上は大人として扱われることになり ますので、契約は慎重にしましょう。

## |人権啓発絵手紙の入選作品が決定しました

人権教育啓発活動の一環として「なかよし古河市」人権啓発絵手紙を募集したところ、1.080点の応募が ありました。入選した9点のうち6点の作品は、4月に配布予定の市民人権啓発資料に掲載します。 【問】 🖰 生涯学習課 🗈 22-5111

<入選作品の一部>



佐藤侑心さん



星野季里さん



小野瀬優大さん

### 全国大会出場。

#### 第29回全国中学生空手道選手権大会

【女子団体組手の部】

重久和可奈さん、平間悠海さん(古河第二中学校)

第44回全国JOCジュニアオリンピックカップ 夏季水泳競技大会

【男子50m自由形】

|忍田尊さん(イーグルイトマンスイミングスクール古河)

## 《全国大会表彰》



#### **ALL JAPAN CHEER DANCE** CHAMPIONSHIP 2021

【1位:Pom部門 Mini Small編成】 鎧塚菜々子さん (PINKDIAMONDS SHINE)

13 - 広報古河 2022.2

こがキラメンバー ハル