



自分の健康は自分でつくり守る

虫歯や歯周病を予防するためには、日頃から正しい口腔ケアをすることと定期的な歯科健診を受けることが大切です。

乳幼児期・学童期

乳歯の虫歯と永久歯の虫歯には強い関連があると言われています。甘い飲み物やお菓子の摂りすぎに注意し、おやつは時間を決めて食べましょう。

また、食後は歯磨きによって虫歯の原因となる歯垢を取り除くことが大切です。歯磨き習慣の確立のため、まずはお子さんに自分で磨いてもらい、大人が仕上げ磨きをしましょう。小学校低学年までは大人による仕上げ磨きが必要です。うがいができるようになったらフッ化物配合歯磨剤を使用すると虫歯の予防により効果的です。

第3回 第6条「1日3回歯を磨こう」

青壮年期・高齢期

青壮年期以降は、歯周病に対するケアが必要です。歯磨きに加え歯間部清掃器具（デンタルフロスや歯間ブラシなど）を使用し、歯と歯の間の歯垢をしっかりと落としましょう。また、喫煙や過度の飲酒は歯周病のリスクを高めます。飲酒は一日1合未満にしましょう。

自分の歯のケアについて振り返ってみましょう。

- 毎食後、歯磨きをしている
- 規則正しい時間に食事を摂っている
- 正しいブラッシングの方法を知っている
- かかりつけの歯科医院がある
- 定期的に歯科健診を受けている



健康長寿課（すこやか内） ☎87・0888

石探訪 37

南無阿弥陀佛の供養碑

碑は主要地方道勝山・丸岡線の、北郷町坂東島から永平寺町板原区に向かう道路の右側に建つ。砂利採集場入口の少し板原側に一画を設けて祀られている。碑の表は「南無阿弥陀佛」とあり側面に「(天保)十三壬寅六月十一日 釋義雄」と刻まれている。

地元では碑の建つ場所を天狗松と称し、人や馬が落ちるおぞましい場所とされていた。江戸時代にあつては丸岡方面に向かう交通の要地で、坂東島村から浄法寺村に向かういわば峠の頂上にあたる場所である。「北郷村誌」は次のように記している。

「山二保り道ノ両側ニ老杉古木鬱茂シ、扨尚ホ闊キ所半里許リ。世ニ坂東嶮崎ト



稱シ、昔ハ有名ナル難所ニテ、羊腸タル山径ハ峰ヲ越エ、深ク渡リ、下レバ龍水脚ヲ浸シ、ノ間叢林

巖崖ニ臨ミ、山賊横行シテ旅客ヲ悩マセシカバ、日暮ヨリ通行杜絶シ。このような状況を見かねて道路改修に立ちあがったのが、天爵大神こと水谷忠厚で、今も明治中期に改修された旧道が一部残る。道の途中にはその工事中に亡くなった木下吉郎右衛門の墓がある。

側面に「釋義雄」とある人物は、北郷町伊知地の森景道場文書に見られる森景義雄と思われる。弘化3年(1846)の史料によると、彼は永平寺の出入医師を勤めていた。帯刀を許され永平寺出入りの際は弓張・小原提灯で往来することを許された。駕籠も残されていたが現在は尊光寺に取められている。

駕籠での永平寺往來の際、多くの人がこの難所で命を落とし苦しむのを見かね、その供養のためこの碑を建てたのであろう。天保13年(1842)とあるので、義雄が出入医師を勤めていた頃に建てたのであろう。子孫の方のお話によると、かたわらのお地蔵様は義雄の子が祀ったと聞き伝えているとのことである。工事の安全を祈るため、砂利を採取している(勝山村組)により、碑の周辺が整備され現在に至っている。

市史編集室 山田 雄造

出会い・ふれあい

目標 中部北陸大会 2年連続優勝!!

- 長谷川円香さん =若猪野= 山口 由華さん =矢戸=
 - 森石 美桜さん =堀名= 小池 史佳さん =郡町1=
 - 秦 千里さん =芳野町1= 原田 真琳さん =毛屋町=
 - 田畑奈那子さん =北六呂師= 山田穂乃香さん =郡町2=
- 勝山高等学校 2年生



山高校」の名前が呼ばれたときは、声をあげて喜びを爆発させたそうです。

模擬裁判を体験してみて、ドラマとはずいぶん違う雰囲気の中で裁判が進んでいくことを知り、裁判自体の見方が変わったそうです。

また、物事の見方が、一方向からではなく様々な角度で見られるようになったそうです。

更に、裁判は法律をしっかりと学んでおかないとできないものかと考えていましたが、自分の身につけた知識で論理的に組み立てていくことが大切だと思ったそうです。

7月30日(土)に行われる中部北陸大会は「2年連続優勝を目指す!!」とメンバー全員が決意を新たにしていました。

4月29日に福井地方裁判所で行われた、高校生模擬裁判選手権で、勝山高校チームが準優勝しました。

この大会は事前に渡された捜査報告書などを基に、検察側または弁護側になり実際に裁判を行い、尋問的確さや論理構成などを審査する大会です。

大会前に捜査報告書を渡されたときから結論を得るまでの過程での資料作成、法廷で論理的な説明をするための関係を模造紙に図示し、説明の仕

方をチームで考え、大会の前日までにできることを最大限で努力したので、「勝



模擬裁判の様子

恐竜博物館行事案内

6月19日(日) 「親子で化石のレプリカをつくろう!!」 恐竜ふれあい教室

6月26日(日) 「恐竜の繁殖」普及講演

7月3日(日) 「鳥の骨に残る恐竜の痕跡」 博物館自然教室

7月18日(月・祝) 「親子で恐竜模型をつくろう!!」 恐竜ふれあい教室

※詳しくは恐竜博物館のホームページをご覧ください

休館日 6月22日(水)、7月13日(水)

☎ 県立恐竜博物館 ☎88 - 0001

http://www.dinosaur.pref.fukui.jp/



行ってみよう 湯ったり勝山

5月の「湯ったりの日」は、毛糸で動物ぼんぼんを作りました。参加者は真剣に毛糸の玉をクマの顔に整えていき、できあがった物を手にして満足そうでした。



次回のマイステージ▶6月12日(日) 輪投げやビンゴゲームなどの遊びコーナーを設けます。クロカンマラソンの帰りなどにお越しください。

☎・☎ 地域包括支援センター「やすらぎ」(すこやか内) ☎87 - 0900

人口の動き

	4月末現在	自然動態			社会動態			5月末現在	月間増減
		出生	死亡	計	転入	転出	計		
男	11,622人	7	-12	-5	10	-15	-5	11,612人	-10人
女	12,725人	5	-15	-10	22	-27	-5	12,710人	-15人
合計	24,347人	12	-27	-15	32	-42	-10	24,322人	-25人
世帯数	8,048世帯							8,034世帯	-14世帯

6月の納税

市・県民税▶第1期 納期限▶6月30日(木) □座振替▶6月27日(月)

交通事故発生状況

※高齢者=65歳以上

件数内訳	平成28年5月末	前年比
総件数	174件	-26件
人身事故(うち高齢者)	9件(1)	-7件(-4)
死者(うち高齢者)	1人(0)	0人(-1)
傷者	8人	-8人
物損事故	165件	-19件