#### 小・中学生

# 





「ひさしぶりに とべる日だ」

お花がみやえのぐを つかってたくさんのい ろをかさねました。





坂根 りゅう た **隆太**さん (小室小1年/南本)



歩果さん (南中2年/南本)

ました。シラコバトのほかにも、別の種類のハトがいます。探してみま



<sub>むらかみ</sub> 村上 愛莉さん (南中3年/栄北)

爱莉

No.330

省を口にしました。

ンスで決めきれなかったと反

しい様子の神谷さん。

チャ

「春の始まり」

ちょうの羽にもよう をつけたり、たんぽぽ の花の色をかえたとこ

ろを工夫しました。





陸川

# **そら**さん (小室小5年/小貝戸)

**〒362-0806** 

## ハロウィン工作教室

10月27日 金 10時30分~11時30分 

対 2歳以上の幼児と保護者

定 員 15組 (先着順)

50円 参加費

10月13日 金9時から児童館窓口 申込み または電話で受付

※代理申込みはご遠慮ください。

# ベビーとママのふれあい体操

時 |11月9日休|14時~15時

対 3~12か月の赤ちゃんとママ

定 員 15組 (先着順)

参加費 300円

> 10月26日休9時から児童館窓口 または電話で受付

申込み

※代理申込みや赤ちゃんの兄姉 を連れての参加はご遠慮くだ さい。

# 全国大会はどうでしたか? 伺いました。

の北村さん(羽貫)

にお話を

さん(小針新宿)と元副部長

で部を引退した元部長の神谷

逃しました。

取材はこの大会

容は納得していません。」と たのですが、個人の試合内 団体としてはうまくいって

さんは「試合中に勝てないと を崩さず頑張ってほしいと思 います。」と神谷さん。北村 後輩に伝えたいことは? 1・2年生のチームワー

ゥ

ので、 卓球のない日々に少し寂しい 感があります。」と北村さん。 様子でした。 卓球が無い毎日に違和

引退して感じることは? 現役中は毎日練習してい た

全国大会では1勝1敗で惜し 女子卓球部を取材しました。 の全国大会に出場した小針中

くも決勝トーナメント進出を



今回

先日行われた卓球

▲左から北村さん、神谷さん

答えてくれました。 「続けます!」

した。 思わずに、 けるかどうか聞くと、 諦めずに戦ってほしいです。」 最後に卓球をこれからも続 の想いを打ち明け プレー と力強く つー お2人 つ を

をお祈りしています。 た3年生のますますのご活躍 小針中女子卓球部と引退し かれるの広場がある。



## でかけませんか

# 第8回オカリナふれあいコンサート 風のとおり径

日時 10月15日(日)13時30分開 場、14時開演

場所 県民活動総合センター 小ホール

出演 山田恭弘氏(オカリナ 奏者)、オカリナ愛好グルー プほか

※入場券が必要です。詳しく はお問い合わせください。

**申・間 柳澤面090-24** 42 - 1048

#### いきがい大学伊奈学園 第28回学園祭

日時 10月18日(水)13時~16時、 19日休9時30分~15時※入場 無料

場所 県民活動総合センター 内容 演技(合唱、寸劇、太 極拳など)および作品展示(絵 画・工芸など)

間 鈴木 ■861-8249

#### 秋の山野草展示会

日時 10月28日(土)・29日(日)9 時~18時(29日は16時まで) 場所 総合センター多目的ホ ール、JA さいたま前駐車場

◎植え込み体験教室を開催し ます

日時 28日(土)13時~15時 ご希望の方は、会場受付へ ※苗代有料

#### りんごの家 収穫祭

日時 10月29日(日)11時~14時 ※雨天決行

場所 りんごの家 (桶川市倉 ⊞513)

内容 ステージ、模擬店、移 動動物園の来園(内容は変更 になる場合があります)

間 社会福祉法人彩明会りん 



# 参加しませんか

備前の里歩こう会

#### ①爽涼の玉川上水散策 part 2 東京都薬用植物園などを見 学したのち、趣のある緑道を

歩きます。 期日 10月7日(土) **集合** JR 新小平駅 (約13km) ②備前の里 代官頭伊奈氏屋

敷跡

散策路整備により歩きやす くなった伊奈氏屋敷跡を進み、 最後は日本薬科大学名物「薬 膳カレー」を食べます。

期日 11月11日(土) 集合 IR 蓮田駅 (約12km) ③近隣公園めぐり 上尾

北上尾駅から平塚公園・芝 川沿いを歩き、上尾文化セン ターに向かいます。懇親会も お楽しみに。

期日 12月17日(日)

集合 IR 北上尾駅 (約8km) 【共通事項】

集合時間 8時50分 持ち物 飲物、雨具、昼食 (②③は不要)

参加費 ①300円、②800円、 ③2,800円 (懇親会費含む)

間 飽津(あくつ) ■080 -3257-2350

#### デューク更家式 ウォーキング・エクササイズ

秋はダイエットメニューを メインに、ストレッチや健康 体操で体を整え、正しい姿勢 をつくります。

日時 10月8日・29日、11月 12日·26日10時~11時30分 場所 県民活動総合センター 第1研修室

**会費** 各回2,000円 持ち物 運動靴

間 北田 ■ 728 - 3117、 ホームページ https://saita ma-walking.jimdo.com

#### 第71回ふるさと再発見講座 民話でつなぐ荒川流域

日時 10月28日(土)13時30分~ 15時45分

場所 さいたま文学館(桶川 市若宮1-5-9)

内容 民話発表「ふるさと伝 承研究会」「民話語りわらし べ」、講座「南鴻沼遺跡にみる 縄文人の暮らし(小倉均氏)」 参加費 600円 (ただし中学 生以下および「民話発表」の みの参加者は無料)

**申・間 嶋田 6** 0 9 0 − 4 0 10 - 1271

#### 連盟会長杯 町民野球大会

期日 11月5日(1)(予定) 場所 記念公園野球場

対象 町内に在住・在勤・在 学する中学生以上の方で構成 されているチーム

※個人で参加希望の方は、既 存チームを紹介します。

**■・間** 10月15日(日)までに**湯** 浅 ■ 722-5029へ



# 募集します 伊奈剣友会 剣道教室

幼児年長さんから募集しま す。大人の方(女性も)初心 者から歓迎です。

日時 子ども(水曜日18時30分 ~、日曜日15時30分~)・一般 (水・日曜日、子ども稽古終了後) 場所 南中学校武道館

間 神谷 6090-3066 -2064

#### フラダンス&タヒチアンダンス

子どもから大人、シニアま で幅広い世代で活動していま す。練習日はお問い合わせく ださい。イベントなどで一緒 に踊りましょう。

場所 パブリックルーム (ウ ニクス伊奈2階)ほか

間 赤羽 6090-6010 -5999

# 健康一口メモー歯周病について

かつて、「リンゴをかじると血が出ませんか」という フレーズがテレビから流れていました。リンゴはともか く、歯茎から血が出るのは、歯周病の初期症状のひとつ です。さらに重症になると、うみが出たり、歯茎が腫れ ることもあります。

歯周病のメカニズムとしては以下のようなものが考え られています。歯の表面には白い細菌のカタマリ(プラ ークあるいは歯垢といいます)が付いてきます。これは、 食べカス (食渣と言います) ではないので、食べなくて も付いてきます。細菌のカタマリが付いた状態がしばら く続くと歯茎が腫れてきます。これを修飾する因子とし て、タバコ、糖尿病と並んで、歯肉の乾燥があります。 歯肉が乾燥すると、炎症を起こしやすくなるといわれて います。口を開けたままで (口唇閉鎖不全)、口で息を

する(口呼吸)習慣があると、前歯の歯茎が腫れやすく なります。

治療としては、細菌のカタマリを除去することが中心 になります。除去する方法としては、患者さん自身で行 う口腔清掃(はみがきなど)、そして、歯科医院で行う 口腔清掃(歯石取りなど)があり、両者が車の両輪とな って治療を進めていきます。そして、この状態を維持す るために定期的に歯科医院に通ってチェック、クリーニ ングをしていきます。

歯周病はギネスブックによれば世界で最も罹患者数の 多い病気だそうで、日本人もよく調べれば、多くの人が

かかっています。ただ、前述 のとおり、治療のリクツはか なり単純です。気になる方は 是非、お近くの歯科医院でご 相談ください。



〈提供:(一社)北足立歯科医師会〉