

まちがい5

ファイブ

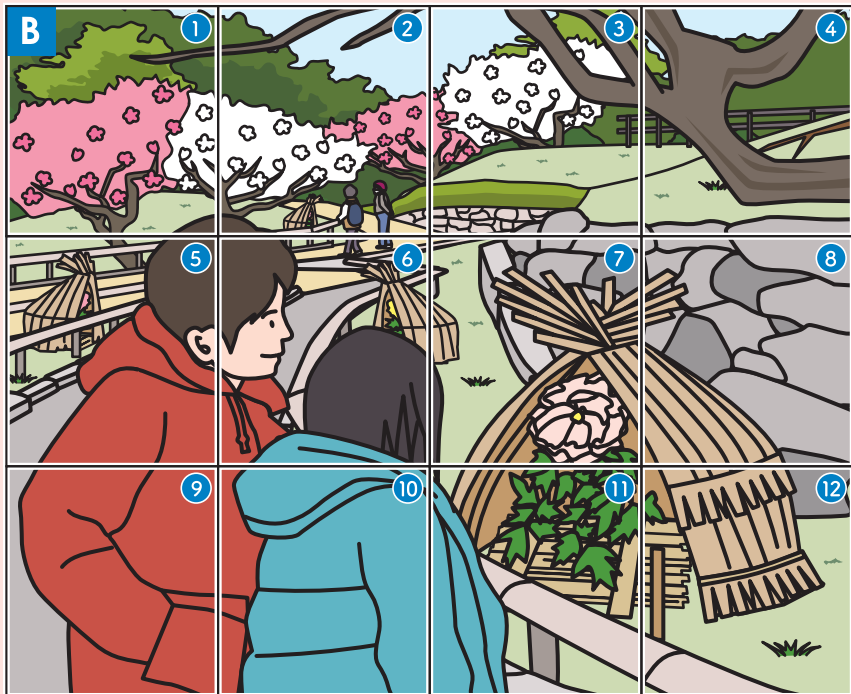
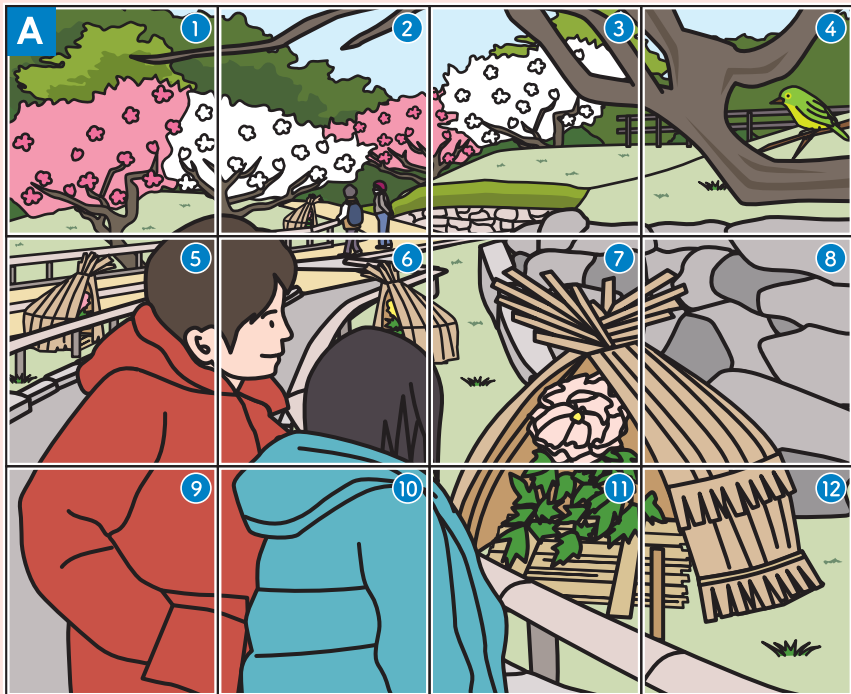
今回のテーマ

白野江植物公園 フユボタン
冬囲いのわら製のかさをかぶった、色とりどりのフユボタン約50株が並びます。

応募締め切り2月5日(木) 消印有効

イラストのAとBを比べて、違っている部分を見つけてください。
間違いは全部で5つ(5画面)です。

※印刷のにじみや色の濃淡は間違いに含みません。



1月1日号の答え

7つの間違い

① ② ④ ⑨ ⑬ ⑭ ⑯

間違い部分

①窓の有無 ②枝の数 ④小屋の長さ
⑨しっぽの振り方 ⑬馬の脚 ⑭馬の目 ⑯葉っぱの有無

応募総数

3745通

※当選者の発表は、景品の発送をもって代えさせていただきます。 ※個人情報や感想は、景品発送と紙面づくりの参考に利用します。 ※LINE応募の当選者には、後日LINEトーク上でご連絡します。ブロックせずにお待ちください。

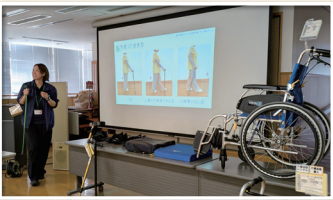


イベント・講座に参加してみました!

担当 市長公室広報戦略課 ☎582・2236

市政だより編集スタッフが、本紙に掲載されたイベントや講座を体験取材して、内容や感想を紹介するコーナーです。

昨年11月にリニューアルオープンした、テクノケア北九州(小倉北区馬借一丁目、総合保健福祉センター1階、☎522・8721)。月に2回、一般市民を対象に「おうちで使える!介護講座」を開催しています。今回はそのうち「知っておきたい介助のコツ!歩きや車いすでの移動」に参加しました。



前半はリハビリ専門職によるレクチャー。移動をサポートするさまざまな福祉用具(靴、つえ、歩行器・歩行車、車いす)の選び方や介助のポイントを教えてくださいました。後半は実際につえや車いすでの移動・介助も体験でき、盛りだくさんであったという間の2時間でした。



▲工夫が詰まったリビング

介護は急に必要になることも多いですが、こうした講座で知識を得ておくとうれしさが全然違うと感じました。講座の後はテクノケア北九州で、モデルルーム風の展示や、機能・デザインにこだわった福祉用具を見て帰るのもお勧めです。(スタッフF・J)



子育て応援! ミニコーナー

フッ化物(フッ素)で虫歯予防を!

問 保健福祉局健康推進課 ☎582・2018

フッ化物(フッ素)は、お茶や魚介類など多くの食品に含まれる成分で、歯や骨の強化や、虫歯になりかけた歯の修復、原因菌の抑制など、虫歯予防に大きな役割を果たしています。

●年齢に応じた利用を!

| 開始時期 | 歯が生えてきたら | 前歯がそろって1歳頃から | ブクブクうがいができるようになったら |
|------|---|-------------------|---|
| 利用方法 | フッ化物配合歯磨き剤 | フッ化物塗布 | フッ化物洗口 |
| 実施場所 | 家庭 5歳まではフッ素濃度1000ppm以下の歯磨き剤を使いましょう(2歳までは米粒程度、3~5歳ではグリーンピース程度) | 歯科医院など | 学校など 洗口液の濃度により、週1回や1日1回の頻度で行いましょう |

●効果を高めるためのポイント

フッ化物の利用後30分程度は飲食を控えることで、フッ化物が歯の表面に長く残り、効果を発揮します。また徐々に歯を強くするため、長期的に継続利用することが大切です。

北九州市では、1歳6カ月児と3歳児歯科健診でフッ化物塗布を実施しています(無料)

