山一面に梅を咲かせる それが男のロマン

井川（いかわ）弘仁（ひろひと）さん
おおひと梅まつり実行委員長

MY WAY

『鮎釣り』のプロと、旅館『一二三荘（ひふみ）』のご主人という二足の草鞋（わらじ）の井川さん。そして十数年前から増えた三足目が、『梅』によるまちおこし。

なぜ梅なんですか、と聞くと「桜より長く咲くし、松より夏に強い。根性がありそうでしょ」と、井川さん。仕事の合間を見つけては、苗木畑で育てた梅を、一本づつ大仁梅林に移植します。「その後も大きくなるまでは決して目が離せないんですよ」と、梅に注ぐ眼差しは、わが子を愛する親のようです。

大仁梅林は面積約六十ヘクタール、梅約六百本と、近隣の梅園と比べても決してナンバーワンの数字ではありません。しかし、「入場料や駐車料はすべて無料、梅『園』ではなく梅『林』だから自然のままの梅が売り。土地が谷状なので視界いっぱいに梅が広がり、展望台からは富士山・城山・達磨山が一望できます」と、オンリーワンの魅力も多いようです。

「湯河原・幕山（まくやま）の梅林も、たった一人の植樹から始まり、数年で週五万人が訪れる梅林になった。私もいつか、山一面に咲いた梅にお客さんがあふれかえる日を想像しながら、植え続けます。男のロマンですね」。

手塩にかけた子どもたちがナンバーワンになる日も、そう遠くはないかもしれません。

＊おおひと梅まつりの記事は十二ページに掲載

静岡社会保険事務局からのお知らせ

ねんきん特別便

問合せ　三島社会保険事務所　電話 055-973-1166
国保年金課　電話 055-948-2905

社会保険庁では年金記録問題解決に向け、３月までに「ご本人の基礎年金番号に記録が結びつくと思われる人」に、10月までにその他すべての人に、加入記録をご確認いただくための『ねんきん特別便』をお送りする予定ですので、次の手続きにご理解・ご協力ください。

住所変更の届出がお済みでない人

そのままでは大切な『ねんきん特別便』をお届けできません。住所の変更・訂正はご自身による手続きが必要ですので、お手数ですが右の手続き先で手続きをお願いします。

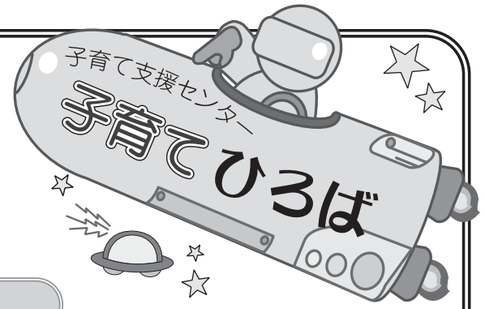
国民年金第１号被保険者	市役所国保年金課窓口
厚生年金加入者	厚生年金加入者のお勤め先の社会保険担当者
国民年金第3号被保険者	
年金受給者	三島社会保険事務所

結婚等で名字が変わった人

お手持ちの古い年金手帳をご確認いただき、旧姓のままになっている人は、変更の届け出をお急ぎいただきますようお願いします。

『年金特別便』では、社会保険庁が把握している加入記録をお知らせしています。ご自身の記録にもれがないか十分にご確認いただき、訂正がない場合は同封の『確認はがき』を、訂正がある場合には『年金加入記録照会票』を、必ず提出していただきますよう、ご協力をお願いします。

＊今月号の『パパつれてって!!』は紙面の都合によりお休みします。



市では、子育てを支援する『地域子育て支援センター』を３カ所開設しています。

親子で来園して楽しく遊んだり、友達を作ったり、保護者の育児情報交換の場としてご利用ください。市内に住所があり、小学校就学前までの幼児と保護者なら、どなたでも無料で利用できます。

また『子育て相談』もありますので、お気軽にどうぞ。

なかよしひろば

（慈恩保育園地域子育て支援センター）
白山堂 171-2 電話 0558-76-2552
月～金 9:00～17:00（祝日除く）
（園庭開放は9:00～11:30）

2月のぎょうじ

16日（土） 発表会（大仁市民会館）
18日（月） 涅槃会（お釈迦様の命日）
＊どなたでも見学できます。
●天気の良い日は園庭で絵本や紙芝居の読み聞かせをしています。
●相談専用電話では、子育ての悩み相談に、専門の保育士が応じます。ご利用ください。
相談専用電話 0558-76-2656

詳しくは各園までお問い合わせください。

ひまわりひろば

（ひまわり保育園大仁分園 地域子育て支援センター）
大仁 229-1 電話 0558-76-1173
月～金 9:00～11:30、13:30～16:00
（祝日除く）

2月のぎょうじ

1日（金） 10:30～節分
5日（火） 10:30～リズム遊び
7日（木） 10:45～絵本の読み聞かせ
12日（火） 10:00～製作
20日（水） 避難訓練
21日（木） 10:30～子育て講演会
＊保健師による『子どもの病気について』を予定。
22日（金） 10:30～梅林散策
26日（火） 10:30～誕生会
■行事の時間はいずれも午前中

すみれひろば

（地域子育て支援センターすみれ）
四日町 234-1 電話 055-949-0823
月～金 9:00～11:30、13:30～16:00
（祝日除く）

2月のぎょうじ

1日（金） 節分
4日（月） 栄養士の話
7日（木） 絵本の読み聞かせ
12日（火） リズム遊び
14日（木） 誕生会
19日（火） 製作
21日（木） 子育て講演会
25日（月） 避難訓練
27日（水） 身体測定
29日（金） クリーン作戦
■行事の時間はいずれも午前中

その九
直伝！ブラッシング法
（杉本歯科 杉本景子先生）

歯周病の原因のほとんどは『プラーク』と呼ばれる細菌の塊です。つまり、歯周病予防や治療で最も基本となるのはプラークを取り除く『ブラッシング』です。

今回は歯周病に有効とされるブラッシング法を紹介します。

その一　スクラッビング法

これは歯ブラシの毛先を頬側や唇側では歯に対し直角にあて、裏側では歯に対し、約四十五度に当て、横に一ミリ前後振動させます。比較的簡単でプラーク除去効果は高いですが、大きく動かしたりブラッシング圧が強くならないように注意してください。

その二　バス法

これは歯ブラシの毛先を歯面に対して四十五度に当てます。この時、毛先は歯肉の方向になるようにし、横に小刻みに動かします。歯と歯肉の境目の清掃に適し、歯肉マッサージ効果もありますが、歯の先端が清掃不足にならないよう注意してください。

どちらの方法でも、歯と歯肉の境目を磨くこと、小刻みに動かすこと、ブラッシング圧を強く加えないことが大切です。時間も十二～三分かかりますが、テレビを見ながらなど、長く磨ける環境を作り徐々に慣れていくようにしましょう。また、毛先が開いてきた歯ブラシは新しいものに交換するようにしてください。

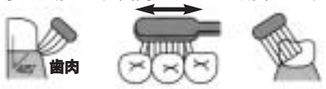
歯周病の程度や口腔環境は個人差がありますので、かかりつけ歯科医院で自分に合ったブラッシング方法の指導を受けることをお勧めします。

スクラッピング法

毛先を歯に直角にあて小刻みに往復運動させる。最も一般的な磨き方。

バス法

毛先を歯と歯肉の境に45度にあて小刻みに動かす。歯肉マッサージ効果あり。



問合せ　健康づくり課　電話 0558-76-8014