

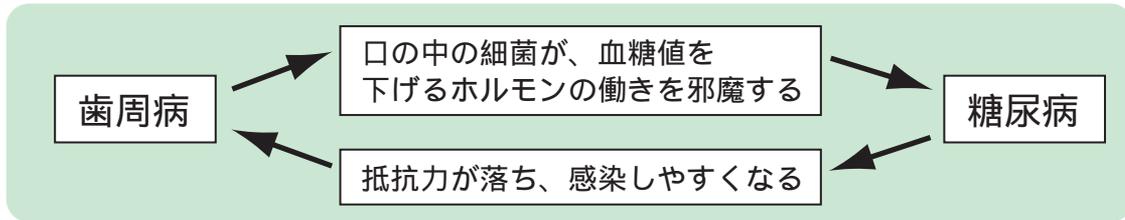
6月4日～10日は
歯の衛生週間

口の中からはじめる健康づくり

糖尿病と歯周病の密接な関係をご存知ですか？

健康な人と比べて、糖尿病の人は3～4倍歯周病になりやすいといわれています。

また、歯周病の治療をすると、糖尿病が改善することも分かっています。



虫歯や歯周病は正しい歯磨きで予防できます。
正しい歯磨き習慣をつけましょう

「全体的」ではなく、「歯1本1本の全ての面」を磨く。
歯だけでなく「歯と歯茎の間」も磨く。
歯ブラシは強く押し当てず、毛先を使う。
歯ブラシは、歯に垂直に当て小刻みに動かす。



1年に1回は
歯科検診を
受けましょう。

外出時にも歯ブラシを
持ち歩きましょう。

非常持ち出し袋にも、
歯ブラシを入れて
おきましょう。



問い合わせ 市民安全部健康課(保健センター) ☎42-2800/43-0432

図書館は何のためにあるところ？

図書館が何のためにあるところか考えられたことはありますか。「難しい本がいっぱいあるところ?」「学生が勉強するためのところ?」

いえいえ、そうではありません。

図書館は、市民のみなさまの「知りたい」「読みたい」「楽しみたい」という欲求にお応えしたり、自由に考え判断するためのお手伝いをしたりするところです。

そのために、図書館ではみなさまの読みたい本や欲しい情報を、できるだけたくさん集めています。そして、それを誰もが無料で利用できることです。

図書館はご利用いただいてこそその施設です。これからもみなさまのご要望にお応えし、「暮らしに役立つ図書館」を目指します。お気軽にお立ち寄りください。

図書館での行事 ～絵本のおはなし会など～

行事名	とき	じかん	ところ
「ピッピ」のおはなし会	6月4日(土) 7月2日(土)	14:00～	中央図書館
「おはなしくまのこ」のおはなしのじかん	6月18日(土)	14:00～	東条文化会館ホワイエ
「ぐりとぐら」絵本の時間	6月21日(火)	10:30～	中央図書館
としゃかんのおはなし会	6月18日(土)	14:00～	

中央図書館
(☎42 8000)
滝野図書館
(☎48 3003)
休館日/月曜日
.....
東条図書館
(☎47 6050)
図書・情報センター
(☎40 2004)
休館日/水曜日

こんな本あんな本



「咲くも咲かぬも
花嫁修業」

阿川佐和子:著

お茶、お花から、日本舞踊、羊羹づくり、はては現代詩まで...。作家の阿川佐和子さんが理想の日本の花嫁になるべく、その道の第一人者の元でとことん和の修業に励んだ汗と涙の記録。和文化の教科書としてもオススメです。