

# はあとぴあ

美浜町保健福祉センター はあとぴあ

美浜町郷市25-20  
☎32-3111 FAX32-3112  
E-mail : haatopia@town.fukui-mihama.lg.jp  
開館時間 午前9時～午後10時 月曜日休館

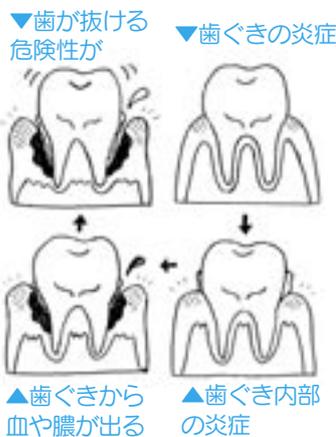
## からだ健康シリーズ①

## お回の中は健康ですか？

新しい生活にも慣れ、皆さんは、趣味に仕事に学業に、元気に取り組んでいるのではないのでしょうか。今回は、そんな元気な体に必要な「お口の健康」についてお話します。人間の口は、ものを食べることはもちろん、「コミュニケーションをとったり、表情をつくったりと様々な働きをしています。また、口の中の健康が損なわれ細菌が増えくると、全身に広がり、いろいろな病気を引き起こすこともあります。自分の口の中の状態をチェックし、お口の病気を予防することによって、お口の病気を予防することによって、体を健康にしましょう！



### 【歯周病の進み方】



むし歯と歯周病は二大疾患であり、歯を失う原因の約90%をしめています。これらは生活習慣が大きく関係することから、生活習慣病のひとつとされています。

〈むし歯〉  
口の中のミュータンス菌（むし歯菌）がつくる酸が歯を溶かします。食べ物の食べかすの有無や放置した時間の長さなど、多くの要因が重なってむし歯は発生します。

〈歯周病〉  
歯や歯ぐきにたまった歯垢の中の細菌が毒素をつくり、歯肉に炎症を起こします。さらに悪化すると、歯を支えている組織が溶け出し、歯が抜け落ちてしまいます。

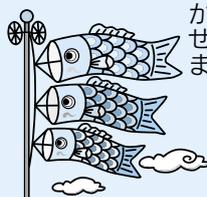
### 主な口の中の病気

## 5月のお知らせ

### 〔赤ちゃんのいる方へ〕

#### ☆ひよこランド(赤ちゃんあそび)

○日時 25日(木)午前10時～  
会場 はあとぴあ すちやかひろば  
内容 こいのぼり作り  
どんなこいのぼりができるかな？作ったら外で泳がせましょう。



#### ☆離乳食講習会

○日時 17日(水)午後1時30分～  
会場 はあとぴあ 調理室  
内容 離乳食のお話&試食  
歯科衛生士さんによる歯のお話などがあります。

#### ☆お母さん・お父さんになる方へ

##### ☆両親学級

○日時 27日(土)午後1時～  
会場 はあとぴあ すちやかひろば  
内容 赤ちゃんの沐浴実習や瀧澤助産院助産師さんによる出産に向けてのお話があります。  
お母さんとお父さん、一緒に赤ちゃんが生まれてくる準備をしませんか？

## お口の健康チェック！

自分の当てはまる項目に  
チェックしてみてください。

### 〈むし歯〉

- 歯の表面に白いしみのようなものがあったり、溝の部分が茶色っぽく着色している。
- 冷たいものがしみる。
- 熱いものがしみたり、物を噛むとズキズキする。
- 外に見えている部分がほとんどなくなり、根元の部分だけ残っている。

### 〈歯周病〉

- 歯ぐきの色が妙に赤っぽい、紫色がかっている。
- 歯ぐきが厚みをもって膨らんでいる。
- 歯ぐきを触ったときにプヨプヨして縮みがなくなる。
- ちよっとしたことでも歯ぐきから出血する。
- □の中がすつきりせずネバネバしている。
- 以前に比べて歯と歯の隙間がひらいてきた。
- 自分で自分の口の臭いが気になる。

※ひとつでもあてはまるものがあったら要注意！  
お口の病気を予防しましょう！

## お口の病気を予防しましょう

### ① よく噛んで食べる

噛むことで唾液の分泌を高めます。唾液には、口の中の殺菌効果や歯垢をつきにくくする働きがあります。

### ② 栄養バランスのとれた食事

歯の表面はカルシウム、歯の土台はたんぱく質を多く含みます。意識してとるよう心がけましょう。

### ③ 規則正しい生活を心がける

ストレスや疲労をためないこと、タバコをやめることも大切です。

### ④ 正しい歯みがきの方法

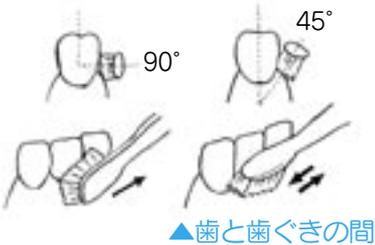
方法を身につける

### 〈歯みがきのポイント〉



① 歯ブラシはペンを持つように持つ

### ▼ 歯と歯の間

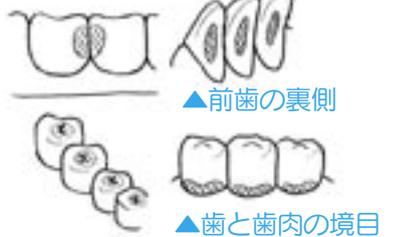


▲ 歯と歯ぐきの間

- ② 毛先をきちんとあてる
- ③ 軽い力で、小さく細かく動かす

## 【みがき残しの多い箇所】

### ▼ 歯と歯の間



- ▲ 前歯の裏側
  - ▲ 歯と歯肉の境目
  - ▲ 奥歯の溝
- ④ みがき残しのないようにしましょう

## まとめ

皆さんのお口の状態はどうでしたか？

お口の中が健康だった人は、よい状態を保てるようにしましょう。お口の中の状態が悪かった人は、もう一度生活習慣を見直し、お口の病気を予防しましょう。かかりつけの歯科医に相談するのもおすすめです。

## 献血（成分献血） 協力をお願いします

● 受付日時 5月16日（火）

- ・ 午前9時40分～正午
- ・ 午後2時～午後4時20分
- （所要時間約1時間程度）

● 会場 町役場（日赤献血車）

● 内容 成分献血

※事前にお申し込みが必要です。

※お問い合わせ・申し込み先はあひびあ（担当・石丸）

## 〔成人の方へ〕

### ☆生活習慣病予防健診・肺がん検診

- 日時 10日（水）午前9時30分～
- 会場 金山生活改善センター
- 対象 金山・気山・大藪
- 日時 10日（水）午後1時30分～
- 会場 早瀬観光センター
- 対象 早瀬・笹田
- 日時 15日（月）午後1時30分～
- 会場 山上農村婦人の家
- 対象 山上
- 日時 18日（木）午前9時30分～
- 会場 太田生活改善センター
- 対象 太田
- 日時 18日（木）午後1時～
- 会場 北田集落センター
- 対象 北田
- 日時 18日（木）午後2時30分～
- 会場 菅沼農業構造改善センター
- 対象 菅沼

### ☆胃がん・大腸がん検診

- 日時 16日（火）午前9時～
- 会場 東部診療所

### ☆子宮がん検診

- 日時 17日（水）午後1時15分～
- 会場 菅沼農業構造改善センター
- 日時 17日（水）午後1時50分～
- 会場 竹波公民館
- 日時 17日（水）午後2時15分～
- 会場 丹生介護予防センター

# 町誌よもやま話 (77) 古建築の謎解き

私の専門は日本建築史の研究。平たくいえば、お寺や神社、お城、民家や町家など、古建築の謎解きをしています。ここでは「わかさ美浜町誌」『拝む・描く』に掲載した町内のお寺を事例としてその一端を紹介いたします。

写真1は河原市にある禅宗寺院秀栄寺の本堂です。中は前方の土間と広い板敷きの縁、中央の大間と内陣、両脇の西序や東序、室中などからなり、れつきとした禅宗本堂の構成をとっています。同じ禅宗寺院の龍沢寺(金山)や徳賞寺(佐柿)、芳春寺(佐田)などの本堂と何ら変わりません。

でも写真にみるように外観はお堂らしくありません。正面の二階部分は漆喰壁で塗り込められていて、土蔵に似ています。横いっばいについでいる下屋も本堂ではあまり見かけません。内部も一階部分に加え、左脇の階段を上がると二階があります。二階部分の床板は厚く、物を引きずったたくさんの傷跡がみられ、当初からあつたことは確かです。二階がある本堂なんてめつたにありません。

このように風変わりなのはなぜ？この謎は前身建物にあります。実は、この本堂は明治二十年、今から

一二〇年ほど前に、近くにあつた酒蔵を譲り受け、本堂として改修されたものです。酒蔵ならば外観が土蔵風であることや二階部分があることは当然です。つまり、秀栄寺本堂にみられる漆喰壁や二階は酒蔵時代の名残なのです。

続いて写真2。これは佐柿にある徳賞寺本堂(佐柿)の正面のアップですが、柱の途中にみられる笹舟のような形をした材に注目してください。寺社などにみられる組物の一種で、舟肘木といいます。これは本来、柱の上端に載り、横材を支えるものです。それが柱の途中についているのはなぜ？

結論からいえば、この舟肘木はこの本堂の屋根が当初は茅葺で、後に瓦葺に改造されたことを物語っています。すなわち、茅葺は勾配が急なために側壁の高さがこの舟肘木までであつても棟は相当高くなり、屋根は立派にみえます。ところが、瓦葺は茅葺より勾配が緩いため同じ高さでは棟が低くなり、見栄えがよくありません。そのために茅葺から瓦葺屋根に変更する場合には側壁を二尺〜三尺付け足すことがよくあります。この場合もその例で、よくみると、この舟肘木より上の材や壁は色が違い、後で付け加えられたことが

わかります。いわゆる高上げで、写真の舟肘木はこの高上げの際に茅葺時代のまま取り残されたのです。

以上、古建築の謎解きの事例を紹介しましたが、やや専門的かも知れませんが、このような目をもつて古建築に触れ、その謎解きをしてみてはいかがでしょうか。意外な発見があるかも…。

(美浜町誌執筆)

福井工業大学教授 吉田純二



〈写真1〉秀栄寺本堂



〈写真2〉徳賞寺本堂



## 川柳

孫愛し憎まれ役に甘んじる  
西野 きよじ (興道寺)

夫婦仲ゲームセットが近づいて  
山路 義隆 (太田)

モーツアルトやさしく右脳  
酒谷 文字 (日向)

落書きにぼく頑張ると  
ありました  
木野 千枝 (河原市)

ポケットティッシュ二回目ですと  
よう言わず  
田辺 緑 (郷市)

義理で来て義理で帰った  
ホワイトデー  
福馬 恭子 (郷市)



# ハートフル広場

## 慶弔

3/1～3/31 受付分  
(敬称略)

### ◎ご誕生

氏名	性別	父・母	住所
竹田 隆人	男	将志・有里子	佐田
藤木 咲彩	女	裕也・和美	佐田
五十里 崇伸	男	秀人・みずず	久々子
五十里 清孝	男	秀人・みずず	久々子

### ◎ご結婚

氏名(旧姓)	住所
(宇野)正人 & 今村春奈	久々子
知場卓巳 & (長谷川)慶子	松原
石嶋祐人 & (中野)恵理奈	興道寺
久保誠一 & (高木)瞳	新庄
浅妻要 & (森下)真記	大藪
山本智浩 & (瀧本)真理	佐田

### ◎おくやみ

氏名	住所	年齢	届出人
長岡 心さえ	河原市	80歳	長岡 信幸
大野 志げ	新庄	96歳	大野 強
馬野 ゆき	佐野	89歳	馬野 一司
畑中 徳二	興道寺	83歳	高橋 好孝
山口 豊子	久々子	51歳	山口 敏幸
山田 増永	新庄	91歳	山田 増夫
武長 稔	佐柿	78歳	武長 厚
岸下 徳治	新庄	84歳	岸下 功
三好 康補	郷市	72歳	三好 治和
千葉 英勝	佐柿	39歳	大野 勝広
梅津 繁太郎	菅浜	94歳	梅津 元春
畑中 八ル工	興道寺	90歳	畑中 正明
中野 睦子	日向	74歳	中野 健志
田邊 久二	山上	76歳	田邊 俊浩
中島 圓	菅浜	70歳	中島 勝男

## わが家のアイドル



下田泰之さん・加苗さん(佐田)の長男

けんご  
**賢吾ちゃん(2歳)**

こんにちは！ぼくは菅浜保育所で毎日元気に遊んでいるよ。いちじょうマンやポウケンジャーが大好き！そとで木の枝をみつけるとそれですぐにヒーローに変身できるよ！

## 町人 まちびと さん

宇波西神社例祭で「王の舞」の舞手を務められた



よしひこ  
**平城 慶彦さん(金山)**

### \*舞手に決まったときの心境は？

地区を代表する大役ですので、責任を感じましたが、同時にとても名誉なことと感じました。

また、何十年に一度しか巡ってこない機会でしたので、若いときに舞手を務められてうれしく思っています。

### \*舞い終わった感想は？

本番に着ける面は、正面のわずかなところしか見えず、息もしづらいで大変でしたが、毎日積み重ねた練習のおかげで落ち着いて舞うことが出来ました。大役を果たせてほっとしています。

### \*伝統文化を守っていくことについて

若者が少なくなるなかで、昔から守り伝えられてきたものを受け継いでいくことは大変ですが、地域との交流を深めながら多くのことを学んでいきたいと思っています。

## 広報 みはま・ハートフルクイズ

### 四文字熟語ブロック分割

パズル面にある漢字群を7つの四字熟語に分割してください。うまく分割できると2つの漢字があまります。それを並び替え、美浜町の土地・地区・場所の名称をつくってください。

例

大	器	不	言	大	器	不	言
和	晩	成	実	和	晩	成	実
洋	折	衷	行	洋	折	衷	行

一	大	願	油	断
念	発	成	就	大
行	起	興	田	敵
雲	和	味	津	々
流	馬	山	紫	水
水	耳	東	風	明

### ●応募方法

はがきに、答えと住所、氏名(お便りも大歓迎!)を書いて、町企画課「広報みはまハートフルクイズ」係(〒919-1192 美浜町郷市25-25)まで送ってください。

締切りは、5月10日(消印有効)です。正解者の中から抽選で5人の方に記念品をお送りします。

### ●4月号の答え

②奇戸(ヨリト)

### ●当選者

応募者総数は11人で全員正解でした。

抽選の結果、次の方々が当選されました。

安井 哲 子さん(安江)

一瀬 みさ子さん(興道寺)

浦 歴 さん(佐田)

坂井 艶 子さん(松原)

高木 咲 希さん(新庄)

■くらしのカレンダー■

5月

1 (月)	弥美神社例祭 (宮代)	連休中のごみ収集・受入については、 9ページのお知らせをご覧ください。	17 (水)	13:15～子宮がん検診(菅浜農業構造改善センター) 13:30～離乳食講習会 (はあとびあ) 13:50～子宮がん検診 (竹波公民館) 14:15～子宮がん検診 (丹生介護予防センター) <b>古紙</b> (東地区)
2 (火)	13:00～心配ごと相談 (はあとびあ)		18 (木)	9:30～生活習慣病予防健診・肺がん検診 (太田生活改善センター) 13:00～生活習慣病予防健診・肺がん検診 (北田集落センター) 13:30～折り紙を楽しむ会 (町立図書館) 14:30～生活習慣病予防健診・肺がん検診 (菅浜農業構造改善センター) 19:30～町民人権講座 (中央公民館)
3 (水)	<b>憲法記念日</b> 10:00～若狭路わんぱくフェア (～5日 町総合運動公園)		19 (金)	9:00～町赤十字救急法講習会 (～21日 中央公民館)
4 (木)	<b>国民の休日</b> <b>古紙</b> (耳地区:河原市・南市・栄区を除く)		20 (土)	10:30～絵本を楽しむ会 (町立図書館) 13:30～昔話おはなし会 (町立図書館)
5 (金)	<b>こどもの日</b> 子ども歌舞伎 (早瀬)		21 (日)	(ス) 早瀬石油(郷市:ITOCHU)
6 (土)	14:00～人形劇 (町立図書館)		22 (月)	
7 (日)	8:00～町民野球大会(町民広場 野球場) (ス) 全店営業		23 (火)	13:00～心配ごと相談 (はあとびあ)
8 (月)			24 (水)	
9 (火)	13:00～心配ごと相談 (はあとびあ)		25 (木)	10:00～ひよこランド:りすさんぐみ (はあとびあ) 13:00～1歳6か月児健診 (はあとびあ)
10 (水)	9:30～生活習慣病予防健診・肺がん検診 (金山生活改善センター) 13:30～生活習慣病予防健診・肺がん検診 (早瀬観光センター) <b>古紙</b> (北・南地区)		26 (金)	
11 (木)	織田神社例祭 (佐田) 9:00～消費者相談 (中央公民館) 10:00～親子おはなし会 (町立図書館) 13:30～折り紙を楽しむ会 (町立図書館) 13:30～1歳児健診 (はあとびあ) <b>古紙</b> (河原市・南市・栄区)		27 (土)	10:30～おはなしのじかん (町立図書館) 13:00～両親学級 (はあとびあ)
12 (金)			28 (日)	8:30～ごみ(可燃・生ごみ・不燃・資源)休日受入 (～12:00 エコクル美方) 10:00～福井県子どもまつり嶺南大会 (総合体育館) 14:00～トリオコンサート (中央公民館) (ス) 沢井石油(佐田:ENEOS)
13 (土)			29 (月)	
14 (日)	8:30～ごみ(可燃・生ごみ・不燃・資源)休日受入 (～12:00 エコクル美方) 9:00～美浜・五木ひろしまラソン (丹生特設会場) (ス) 西浦石油(郷市:シェル)		30 (火)	13:00～心配ごと相談 (はあとびあ)
15 (月)	13:30～生活習慣病予防健診・肺がん検診 (山上農村婦人の家)	31 (水)		
16 (火)	9:00～胃がん・大腸がん検診 (東部診療所) 13:00～心配ごと相談 (はあとびあ) 13:00～法律相談 (はあとびあ) 13:00～土地建物登記法律相談 (はあとびあ)	<b>5月の納税(納期限 5月31日)</b> <b>固定資産税(1期)・軽自動車税(全期)</b>		

●イベント ●健康診断・検診 ●子ども行事 ●ごみ・資源回収

●行事の予定は、4月14日現在のものです。一部変更になる場合がありますので事前にご確認ください。

●網かけの日は、役場はお休みです。

●古紙は古紙回収日、後に続く( )内は回収地区を指しています。 ●(ス)は、ガソリンスタンドの休日当番店です。

●休日の当番医に関するお問い合わせ先 町役場 ☎32-1111 美浜消防署 ☎32-1420

人口の動き

人口総数	前月比
11,259人	(-46)
男 5,420人	(-17)
女 5,839人	(-29)
世帯数	
3,719世帯	(-5)
平成18年4月1日現在	

**表紙の写真**  
4月8日に行われた宇波西神社例祭での王の舞奉納の様子です。天狗の面と赤い装束に身を包んだ舞手が力強く矛を突き上げ、勇壮な舞が奉納されました。

あの頃の初心と2年間で学んだ伝えることの難しさを教訓に、今年度も親しみ読まれる広報紙づくりに努めたいと思いますので、取材の際には皆さんのご協力をよろしくお願いします。(光)

こんにちは  
**企画課**です。

※「広報みはま」は資源保護のため古紙100%の再生紙を使用しています。