

タイムカプセル開封式 2/20(土)

茂岩小学校開校100周年記念時
(平成13年2月25日埋設)

時間 13:30
場所 こどもプラザとよころ
(旧茂岩小学校) 体育館

今から20年前、平成13年に茂岩小学校開校100周年記念として、記念モニュメントの台座部分に収められたタイムカプセルを令和3年2月20日(土)13:30から開封します。

当時、記念品を入れたという方、またその方をご存知の方は、ぜひお誘い合わせのうえ、ご出席いただきますようお願いいたします。カプセルの中身は、本人確認が取れたものからお渡す予定です。また開封された記念品は、令和3年3月7日(日)まで、える夢館内図書館に展示しますので、ゆっくりと思い出に浸りながらご覧いただけます。

この事業に携わった多くの皆さまのご来場を、心からお待ちしております。



タイムカプセル開封式

日時 令和3年2月20日(土) 13:30~
場所 こどもプラザとよころ (旧茂岩小学校) 体育館
※事前申込等は必要ありませんので、皆さんお誘い合わせのうえ、直接ご来場ください。

問合せ
豊頃町教育委員会
教育課総務係
☎ 015-579-5801

広報とよころ
タイムカプセル開封式ほか

役場だより

Let's ジョシュの英語 Study English From Josh

Assistant Language Teacher Josh Ullery
外国語指導助手【ALT】アレリー ジョシュ

What are you going to do for Christmas?
(クリスマスの予定はありますか?)


I will go to dinner with my boyfriend. What about you?
(そうですね。ボーイフレンドとデートをする予定です。あなたは?)

I am going to go to my parent's house and then we will spend the day watching sports. Then we will eat Christmas dinner.
(クリスマスは実家に帰って、家族とスポーツを見る予定です。それからクリスマスディナーを食べます。)

Wow! Sounds fun.
(楽しそうですね)

It sure is. Plus, my mom always makes a Christmas ham. I love her ham.
(そうですね。しかも、クリスマスには必ずハムを母が作ってくれるんです。母の作ったハムは最高なんですよ。)

新年、あけましておめでとうございます!
あなたとご家族が素敵な出来事に恵まれますように願っています。
Happy New Year!
I hope that you all have a wonderful time with your families.



12月25日までの間、自宅前をクリスマスのイルミネーションで飾りつけしました。ご近所の方も楽しんでくれたみたいです。

健康だより

いつまでもおいしく食べる

豊頃町歯科診療所
夏野伸一

豊頃町歯科診療所 夏野歯科医師から、年齢を重ねても「いつまでもおいしく食べる」秘訣を、全12回シリーズでお届けします。ご家族みんなで気をつけたい口腔ケアについて、今回は「人は口の機能から衰えていく」について説明します。

第③回 それ、お口の機能低下かも

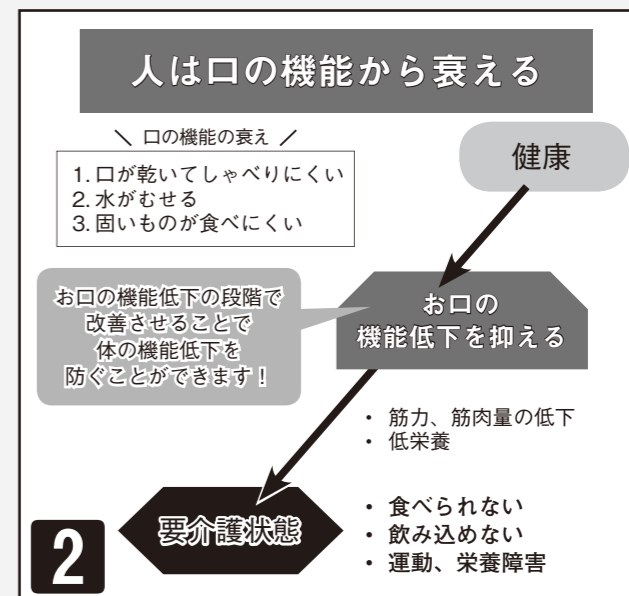
お口の機能低下が体全体の機能の衰えに繋がる可能性があります



町の歯医者さん 夏野です

1

イラスト: SAORI



お口の機能低下の診断 3

低下 咀嚼機能	噛む力の検査 ・ うまく噛めない ・ 食べるのに時間がかかる	低下 嚥下機能	飲み込み質問紙 ・ うまく飲み込めない、むせる、誤嚥する
低下 咬合力	残っている歯の数 ・ 固いものが噛めない	低下 舌圧	舌べろの力測定 ・ 奥歯やのどに送り込めない
口腔不潔	舌べろの汚れ ・ 唾の中の菌の増加 ・ お口ケアが不十分	舌口唇運動機能低下	パタカ測定 パタカがうまく言えないと パ: 食べ物が口からこぼれる タ: 食べ物をのどに送り込めない カ: 食べ物を保持できない、むせる
口腔乾燥	口腔粘膜湿度もしくは唾液量 ・ 飲み込みやすい形にならない ・ 食べ物をのどに送り込めない等		

4 舌べろの力が衰えると

- ① 食べにくい、飲み込みにくい
- ② むし歯や歯周病になりやすい
- ③ 風邪やインフルエンザにかかりやすくなる
- ④ いびき、睡眠時に呼吸が止まる
→ 睡眠時無呼吸症候群

診療所で簡単に測れます
痛くないですよ!





舌べろの力測定器

詳しくは・・・【お問合せ先】豊頃町歯科診療所 ☎ (574) 2531

広報とよころ
「いつまでもおいしく食べる」

役場だより