

子どもの「食べるお口の機能」を育てよう

赤ちゃんは、生まれたときから備わった機能(哺乳反射)でおっぱいを飲むことができます。しかし「食べるお口の機能」は、離乳食の始まりとともに毎日の食事を通して段階的に育ちます。この機能は、歯の生え方やお口周りの筋肉、舌の動き、身体の成長発達とも関係があり、個人差が大きいです。お子さんの成長に応じた支援を意識し、心配な時は、かかりつけの歯科医師や歯科衛生士に相談しましょう。

●お子さんのお口を観察してみましょう

- お口がポカンと開いている…鼻づまりや唇を閉じる筋力が弱い可能性があります。鼻の調子が良くない場合は、耳鼻科の受診をお勧めします
- 食事を丸飲みしている…食べ物を口に取り込み、かんで唾液と混ぜ、飲み込むといった一連の動きのタイミングが合っていないことがあります。食べ物をつまらせないう、味付けや調理の工夫、食事の姿勢を整えてあげましょう

●やってみよう！ お家でできるお口のトレーニング

- ブクブクうがい
少量の水をお口に含み、水がこぼれないように唇をしっかりと閉じます。左右の頬を交互に動かし、10回程度ブクブクします。吐き出す時は、口をすぼめて「う」のお口で吐き出します。
水を使わずにブクブクうがいを行う「エアーうがい」も効果的です。
- お口あそびの「にらめっこ」
「あっぷっぷー」の掛け声で口を閉じ、鼻で息をしながら自由に顔を動かします。顔全体の筋肉を鍛えられます。



【問い合わせ】健康づくり課(☎41-3608)

- どんなトラブルがあるの？
■自宅に訪問販売を受け、長時間居座られた。断ることができず納得しないまま契約を結んでしまった。不要な契約のため、解約したい
- クーリング・オフ制度を利用しましょう
- クーリング・オフは、消費者が不意打ち的な勧誘によって契約した際に、一定

の期間内であれば無条件で契約を解除できる制度です。期間は取引形態によって異なり、訪問販売や電話勧誘販売などは、契約書類などの書面発行日から8日間。マルチ商法や内職商法と呼ばれるものは書面発行日から20日間です

○手続きは、はがきなどの書面や、電子メールなどで行えます。書面の場合は簡易書留などで送りコピーを保存しておく、電子メールの

- 困った時は？
■新館市民生活総合相談センター(☎41-3550)へ
- クレジットカードで契約をした場合は、送信したメールを保存しておくなど、発信した記録を残すことが重要です
- クレジットカードで契約を行った場合は、クレジット会社にも必ずクーリング・オフの通知を送りましょう
- 通信販売や店舗販売には、クーリング・オフ制度はないため注意しましょう

強引な訪問販売や電話勧誘販売などに注意！

市民生活コーナー

賢治さん まじゅり

第108回

イーハトーヴ子ども合唱隊

イーハトーヴ子ども合唱隊は、子どもたちの歌声で宮沢賢治の歌を届けることを目的に結成された団体です。現在は幼児から中学生まで約20人が在籍。宮沢賢治の曲やJ-POPなど幅広いジャンルを合唱しています。

5月5日に東京で行われた映画「銀河鉄道の父」の初日舞台あいさつでは、合唱隊のメンバー10人が宮沢賢治作詞・作曲の「星めぐりの歌」を披露しました。満員の客席に、メンバーは緊張した面持ち。しかし舞台上では堂々と歌い上げ、会場からは大きな拍手が贈られました。メンバーは「緊張したけど感動した」と感慨深げな様子。主宰の玉山朱美さんは「子どもたちにとって普段できないような経験がで



▲合唱の披露後、主演キャストとのフォトセッションに参加した合唱隊のメンバー

き、賢治のこともっと知ることが出来る良いきっかけにもなり感謝しています」と話します。

◆合唱隊の今後の問い合わせ
イーハトーヴ子ども合唱隊 玉山朱美
(☎090-2849-5897)

【問い合わせ】
本館賢治まじゅり課
(☎41-35591)

市内企業
紹介

花まき❖いいモノ・いいコト

スワンキーザダイナー
SWANKY THE DINER

◎店舗情報
石鳥谷町好地7-80-20 1階
☎080-5230-8710
(午前11時～午後8時。日曜日は午後3時まで。月曜日は定休)



- ①看板商品のスワンキーバーガー
- ②アメリカンな内装の店内
- ③店舗外観。ネオンが光る入り口が特徴

JR石鳥谷駅から徒歩1分の場所に、ハンバーガー屋『SWANKY THE DINER』が4月にオープンしました。ハンバーガーのこだわりは、牛肉を100%使用し、赤身の配合を多めにした食べ応え抜群のパティ。オーロラソースをはじめ、5種類のソースを選べるほか、チーズやアボカドのトッピングなど、組み合わせを選ぶことも楽しめます。また、ドリンクのほか、飲むチーズケーキなどのサイドメニューも豊富。店内での飲食のほか、テイクアウトにも対応しています。

店主の長谷川渚さんは「石鳥谷に若者の居場所を作り、いろいろなつながりを作りたい」との思いから開店。将来的には、石鳥谷・大迫地域へのデリバリーの導入のほか、大人が購入したチケットを学生に還元するお店独自のシステム「あしながシステム」も考案中とのことです。積極的な取り組みに、今後も注目です。

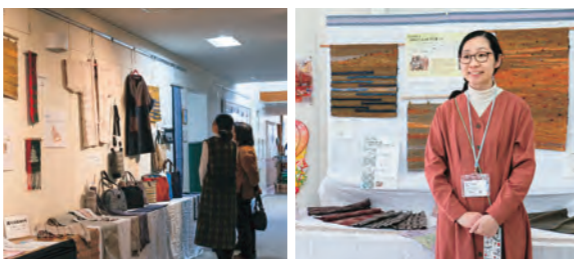


*市ホームページでは、より詳しい情報を掲載していますのでぜひご覧ください

地域おこし協力隊

経糸(たていと)と緯糸(よこいと)から生まれる交流
-伝統工芸におけるシティスロモーション担当
平川 優-

地域おこし協力隊2年目の活動が始まりました。令和4年度は私自身もさき織りの伝統技術や文化を学びながら、地域の皆さんが持っている素晴らしい技術を幅広く知っていただくために、SNSなどで発信したほか、自ら企画した展示会を石鳥谷町や東和町で開催しました。機械織り機を囲み人と人が学び合うだけでなく、さき織りそのものを通じて地域と地域がつながり高め合う。そんな力がさき織りにあることを大



▲東和図書館ギャラリーでのさき織り展示会の様子 ▲小さな百貨店ぶらっとひなまつりでのプレ展示の様子

いに感じることができました。本年度は、引き続きさき織りの技術や文化を学ぶとともに、もっと広いつながりを持つために、世代を超えて交流ができる場づくりや、私がお世話になった神奈川県の方々と文化交流ができるイベントを計画しています。さき織りだけにとらわれず、ぜひ花巻が誇る多様な文化を通じて、皆さんも一緒に交流を深めませんか？