

役立つ情報や、市内で行われる子どもが参加できる イベントなどの情報をお知らせします!

常に丸飲みしてしまうようであ

食材の大きさを少し小さくし

れば、

てみてください。

# 子どもの歯のお悩みに、 衛生士がお答えします!

歯科

Q

# 健康づくり課(277-8295)

ζ

は、参考にしてみてください。 たお悩みと、その回答をご紹介しま ありませんか?皆さんから寄せられ たいな、と思っていたりすることは なさそうだけれどちょっと聞いてみ たり、歯科医院を受診するほどでは 子どもの歯・口のことで悩んでい 同じような悩みを抱えている人

多々あるので、どうすれば噛む力 形のある物でも丸飲みすることが Q が育つのかを教えてほしい。 子ども(〇歳児)が食事の時、

りにくいおやつを食べてもらって゛ と、別の魅力的なおやつを出してみ ないよ。代わりにこっちはどう?\_ やすいものは、「これはまだ食べられ 食べる意欲はとっても大切なので たり、上の子にも普段はむし歯にな 大事にしてあげたいですね。 チョコやあめなど、むし歯になり 「同じものが食べたい!」という

やつを楽しめる 下の子が同じお





るといいですね。 ようにしたりす

1~3歳頃のおやつ選び、

1 量と時間を決めて食 虫歯菌の大好きな甘 べさせる

乳にする

ぐごっくんだよ」と声をかけたり、よ

その際、「口に入れすぎたね、 もぐも しながら様子を見ていきましょう。

だと伝えたりしてあげましょう。 だね~」と、「噛む」ことは良いこと く噛めている時には「もぐもぐ上手

サイズの大きいものや、少し歯ご

気軽にご相談ください

皆さんの歯のお悩みに市の歯科衛

おやつの時間の目安 1~2歳は10時と15時 3歳以上は15時

いるので、誤飲の危険がないように

3

飲み物は水やお茶、

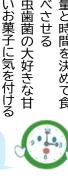
4

じることが赤ちゃんの経験になって

にくいな、口に入れすぎたな」と感

2

時々であれば、「丸飲みすると食べ



(5歳児)と同じものを食べたがっ いろいろあげてしまう… 下の子(1歳児)が上 の

フォーム、または電話で ■相談方法…下記相談 生士がお答えします。

もぐもぐしよう」と、大人が噛んで

- よーく噛んでごっくんだよ、 一緒に

たえのあるものを口に運ぶ時には、

いるところを見せてあげるのもお薦

-情報 北上市文化交流センタ-

北上市の文化拠点として市民の皆さんの心豊かな暮らしを創造します

# 第46回北上市民劇場演劇ワークショッププログラム 「北上人(あのひとたち)の高校時代~あの頃の 教室から~」現場レポート

北上市民劇場(北上市民劇場を盛り上げる会やっぺし・(-財) 北上市文化創造主催)は、2年をかけて内容から市民の皆さ んと一緒に作り上げる演劇事業です。テーマは"北上で暮ら しているのに知らなかったこと、そして市民にぜひ知らせた いこと"。本年度は制作活動を行っており、2月と3月にそ れぞれ2日間、参加者の「高校時代」にスポットを当てて話の タネを集めるワークショップを、「本物の校舎」の専修大学北 上高校で行いました。参加者は校内を自由に見て回りながら、 それぞれの高校時代を振り返り、語り合いました。

授業中の思い出、制服の記憶、部活動の汗、放課後の廊下、 そして心に残る恩師との出会い…。そんな「あの頃」一つ一つ

# さくらホールfeat. ツガワ

**■**さくら通り二丁目1-1 ☎61-3300 図 61-3301 開館時間…9時~22時(年中無休)

※保守点検のため利用時間を制限する場合があります。



のエピソードを共有し、演じ合うことで、北上の新しい物語 が形作られます。来年度の本公演に向けて、これからも市民 の皆さんの記憶を紡ぎ、新たなドラマを生み出していきます。

## 第46回北上市民劇場(本公演)

- ■とき・ところ・・・令和8年3月(予定)・中ホール
- ■問い合わせ…北上市民劇場を盛り上げる会やっぺし(藤原) **2**090-2278-4244

## 🏲 施設利用申し込み

大・中・小ホール : 1年前の月 の利用調整会議で -トファクトリー:3カ月前の月√申し込み受け付け 利用調整会議…毎月1日(1月のみ4日)18時30分~



月刊さくらホールを発行しています

毎月1日発行。各種公演などを掲載しています。同館や各プレイ ガイド、商業施設などで入手またはホームページでご覧ください。