

Satsumasendai City Public Relations

薩摩川内

広報

さつませんだい

5

2026(令和8)年
vol.518

木に触れてワクワク発見



友だち
募集中



デジタル
広報
薩摩川内
さつませんだい



ちなみに、広葉樹を除いた森林の中で、最も多くの面積を占めているのはスギの木なんだって！

本市の森林面積は？

「令和7年度鹿児島県森林・林業統計」によると、本市の総面積は、6万8292ha。そのうち森林面積は4万7032haで、約69%を占めています。森林面積は、屋久島に次いで県内2位の広さです。市の土地のおよそ3分の2以上が森林であることから、私たちの暮らしが、いかに豊かで広大な森林に支えられているかが分かります。

木育って？

木育とは、子どもの頃から木や木製品に触れ、木のぬくもりや心地良さを感じることで、木材の利用と森林を守り育てようとする気持ちを育む取り組みです。2005(平成17)年に、「木育」という考え方が生まれました。

令和7年度の本市の取り組みを紹介するよ！



【こどもの木育推進事業】

この事業は、間伐などの森林整備や、人材育成、木材の利用促進、普及啓発などに使われる「森林環境譲与税」を活用し、市の耕地林務水産課と北薩森林組合の職員が行いました。

対象

市内の全小学校(24校)

事業内容

- ・森林の持つ役割や木材の特性などについての学習支援
- ・地域産材を使用した木製ベンチやベンチ組み立てキットの寄贈



私たちは人間を含む生き物の命を守るためになくはない「森林」。本市は豊かな森林資源に恵まれ、その恵みを生かした「木育」の取り組みが広がっています。今回は、木育を通して子どもたちが木のぬくもりに触れ、森林を守り育てる気持ちを育む取り組みを深めます。

キジカケル!

なぜ森林は大切なもの？

森林は、私たちに次のような影響を与えてくれます。

- ① 土砂災害を防ぐ、土を守る
- ② 水を蓄える、きれいにする(水源涵養)水を育てること
- ③ 心と体をリフレッシュする(保健・レクリエーション)
- ④ 地球環境を守る
- ⑤ 木材や紙などを生み出す(物質生産)
- ⑥ 生き物のすみかを守る(生物多様性保全)
- ⑦ 涼しさややすらぎをつくる(快適環境形成)
- ⑧ 文化を育む など

森林の土はスポンジのように雨を吸って、ゆっくり川や地下に染み出すから、水不足や洪水を防ぐ助けをしているよ！



木育の授業に潜入！「座学」

亀山小学校5年生の木育の授業に潜入しました。授業では、クイズを取り入れながら、森林の働きや林業の仕事について、分かりやすく紹介しました。



林業の仕事については、実際に現場で働く北薩森林組合の職員から直接お話を聞くことができ、児童たちは興味津々の様子でした。

日本は世界的にも森林率が高い！

令和8年4月に林野庁が公表した、「森林・林業・木材産業の現状と課題」によると、経済協力開発機構(OECD)加盟国の中で、日本の森林率は世界第3位に位置しています。*OECD:ヨーロッパ諸国を中心に、日本やアメリカなど38カ国が加盟する国際機関のこと。



1 フィンランド

森林面積：22,543,000ha
森林率：74.2%

東京ドーム
約4,800個分



2 スウェーデン

森林面積：27,934,000ha
森林率：68.6%



3 日本

森林面積：24,908,000ha
森林率：68.3%

この日は前の授業で木に関して学んだばかりだったので、児童たちは積極的に発言し、活発に参加していたよ！



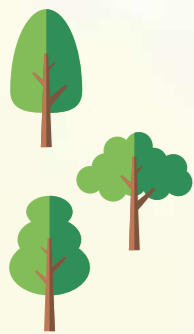
木育の授業で取り上げた内容の一部をクイズ形式で紹介します。

問題

森林内では、次の①、②のうちどちらの方が丈夫な木が育つでしょう。

- ① 人が手入れをしない。
- ② 人が手入れをする。

解答・解説は次のページをご覧ください。



木育の授業に潜入！
「ベンチ組み立て」



木製ベンチを組み立てる
授業に潜入したよ！



副田小学校では、木製ベンチの組み立てキットを使って、実際にベンチづくりに挑戦しました。

左の写真のようなキットを使い、児童たちが丁寧に組み立てていきます。



ベンチに使われている木は、本市産のスギだよ。スギの木は、材質がやわらかいなどの理由から、ベンチの材料に適しているんだって。



組み立てスタート！

①木に触れる



すべすべしてる！

まずは木材に触れ、手触りを確かめながら作業を始めます。ベンチの裏面には記念として、児童たちが名前やイラストを書き込みました。長く使えるため、将来にわたって思い出として残るベンチとなります。



②ベンチの足を当てはめる



作業は北薩森林組合の職員に教えてもらいながら進めていきます。児童たちはパーツの向きや位置を慎重に確認しながら作業を行っています。

あってるかな？

みんな真剣な表情！



今年度は、市民向け木育イベントの開催などを予定しているよ！木に触れ、木の良さを知り、森林を守り育てる気持ちを育もう！



④ネジを入れ込む

仕上げに、ネジを入れ込んでいきます。職員に支えられながら、ネジがまっすぐ入るよう、慎重に作業を進めます。



完成後は、ベンチに座って記念撮影をしたよ！



木に触れることで、児童たちは自然と笑顔になっていったよ。

児童たちの声

いつもと違う授業で面白かった。木材がすべすべしていて気持ち良かった。自分たちで作ったベンチなので、大切に使うていきたい。

木製ベンチの行方

作成から約一カ月後、完成したベンチがどのように使われているのか、副田小学校に見に行きました。



ベンチは、廊下にある「副田っ子広場」に設置され、児童たちの憩いの場として活用されていました。

問題の答え

②人が手入れをする。

込み合った木を間引く「間伐」や余分な枝を切り落とす作業は、森林の地面まで日が当たり風通しを良くし、幹や根が太くなり樹木が大きく、丈夫に育ちます。

適切な間伐は、森林を健全に保つんだね。



③補強する

もう少しそっちから
押して～



ベンチがしっかり組み上がるよう、児童同士で声を掛け合いながら補強作業を行います。金槌を使って、組み立てる木材が外れないように固定していきます。普段触ることのない道具を使いながらの作業を、協力しながら進めていきます。



完成



学びいろいろ！ 社会教育

問合せ／社会教育課(中央公民館内)
大小路町14番5号
☎(22)7251 FAX(20)1331
✉ shakai@city.satsumasendai.lg.jp



▲子育てサロン
において

《参加者の感想》
子育ての悩みを聞いていただき、
心が軽くなりました。

① 子育てサロン
子育てサポーターや子育て中の
方々と情報交換しながら、楽しい時
間を過ごしましょう。
時 毎週水曜日10時～11時45分
※祝日、お盆、年末年始は休み
所 中央公民館3階和室
☎ 絵本の読み聞かせなど
※参加無料
※申し込み不要

市では、家庭教育、青少年教育、
成人教育など、さまざまな事業を実
施しています。今回は、市民の皆さ
んが気軽に参加できる事業を紹介し
ます。



▲中央公民館のスマイル
キッズスペースをご利用
ください

② スマイルキッズスペース
親子でゆっくりと楽しい時間を過
ごせる場所です。
時 9時～15時
※第3日曜日、年末年始は休み
所 中央公民館1階
※利用無料

市では、家庭教育、青少年教育、
成人教育など、さまざまな事業を実
施しています。今回は、市民の皆さ
んが気軽に参加できる事業を紹介し
ます。



▲パソコン操作に悩
んだら、すぐ相談

④ さつませんだい学校応援団
地域の人が学校支援ボランティア
となり、学校の要望に応じた支援活
動を行っています。
☎ ボランティアとして活動できる
市民の方
登録方法 中央公民館窓口にて「学校
支援ボランティア登録カード」に必
要事項を記入の上、提出

③ まなびねっとセンター
パソコンやスマートフォン、タブ
レットの操作方法を学びます。お持
ちの端末をご持参いただくことも可
能です。
時 毎週月、火、金曜日9時～12時、
13時～16時
※祝日、年末年始は休み
所 中央公民館1階 まなびねっと
センター
※利用無料

市では、家庭教育、青少年教育、
成人教育など、さまざまな事業を実
施しています。今回は、市民の皆さ
んが気軽に参加できる事業を紹介し
ます。

⑤ すてきびと
専門知識や特技を生かして、市内
の団体やグループからの要請によ
り、講習会や実演会の講師、指導員
として活動します。登録された方は、
市ホームページで専門分野や特技の
内容を紹介します。
☎ ボランティアとして学習の指導
または援助を行うことができる方
登録方法 市ホームページまたは中央
公民館に備え付けの「すてきびと登
録カード」に必要事項を明記の上、
直接、郵送、ファクス、メール
登録分野 音楽、生活・趣味、体育・
スポーツ・レクリエーション、美術・
書道、語学など



▲すてきびと(生
涯学習人材パ
ンク)の募集と
登録者紹介



人の心をつなぐために

鹿児島県木育インストラクター
宮 みのりさん



「木育」とは子どもたちをはじめとする
全ての人が木材や木製品との触れ合
いを通じて木のぬくもり、香り、良さを
体感し森林や森文化を理解する活動
のこと。
今回は、その活動を市内外で伝えて
いる木育インストラクターの思いに寄
り添う。

「人のとなりに」とは…
文字通り、その人の隣にいて、思いに寄
り添うことや人柄を表す言葉「人となり」
をイメージしたコーナーで、人物や活動の
紹介だけでなく、その人の思いにスポット
を当てることを目的としています。

木育との出会い

「幼少期から自然に癒され、
助けられてきた」と話すのは、
市内で保育士として働く傍ら、
木育インストラクターとして活
動する宮みのりさん。

木育インストラクターになっ
たのは新聞がきっかけだったと
いう。「新聞を読んでいたら、屋
久島について掲載されていた。
その時に知った『木育』という言
葉が、普段から仕事を通して、
子どもたちが土、水、木などの
自然に触れながら遊びを広げて
いく姿に元気をもらって来た自
分に合っていると思った。また、
自然との触れ合いの中で五感を
刺激し、豊かな感性が育つこと
にもつながると感じた」と話す。
その後、木に関する勉強や実習
の研修を受けて、令和4年に木
育インストラクターとしての活
動を開始した。

自然が持つ力を伝える

宮さんは活動の中で、木の働
き、山、川、海のつながりを絵
やパネルで伝えた後、おもちゃ
などで木に触れて遊んだり、製
作をしたりして子どもたちが楽
しく学べるように工夫している

という。

「近年は地球温暖化の影響で
気温が高くなってきている。話
の中で、「最近暑いなね、暑
いのは地球の周りに汚れた空気
があるからだよ。木はそれをき
れいにしてくれる役割がある
よ」と木や森などの自然の循環
を伝えてあげること、より理
解してくれる」と話す。

木育がつなげる

子どもたちの年齢もさまざま
だが、成長段階に合わせてパネ
ルや木のおもちゃを手作りして
いる。その数は年々増えて20種
類以上になるとか。「木で作った
おもちゃは壊れても修理するこ
とができるので、子どもたちが
安全に、のびのびと自由に遊ん
でもらえるように試行錯誤し
ている」と話す。また、遊びで
使用する材料は木材の他、貝殻、
松ぼっくりなど自然にあるもの
を選んでいくとのこと。

木育での活動を通して、宮さ
ん自身も元気をもらっている
という。「木のおもちゃなどで子ど
もたちが楽しそうに遊んでいた
り、親子が和やかに会話をして
いたりする様子を見ると、子育
への応援団になれていると感じ
て自分もうれしくなる」と話す。



活動例 読み聞かせ、昔遊びの指導、
見守り、ミシン指導補助、教科指導
補助など
《参加した
児童の感想》
米作りの
工夫と収穫
の喜びを教
えてもらい
ました。





当初予算の編成方針

令和8年度当初予算においては、予算編成方針に基づき、第3次薩摩川内市総合計画に基づく実施計画事業、重点戦略プラン事業および薩摩川内スマイルアクション50の着実な進展を図り、薩摩川内市未来創生SDGs・カーボンニュートラル宣言や薩摩川内市SDGs未来都市計画の趣旨を踏まえた取り組みを推進するための予算を編成しました。



6つの政策に基づき 展開する主な事業

① 共生と多様性で輝くまち
 〈コミュニティ・都市経営〉41事業
17億9,839万円

一部新規事業
 ▼サーキュラー都市地域プランディング事業

資源環境をテーマとした体験型・参加型のサーキュラー研修事業や、火力発電所跡地を活用した資源循環の拠点化に向けたサーキュラー都市プランディングプロジェクトに加え、戦略的に事業を進めるためのサーキュラー都市推進事業を新たに実施します。(3426万円)

拡充事業

▼自治公民館等設置事業
 自治会活動の活性化を図るため、自治公民館などの用地取得、解体、増改築などに要する補助金に加え、これまで指定避難所に指定された自治公民館を対象として実施してきた空調設備設置助成事業を拡充し、全ての自治公民館を対象に、設置費用の一部を助成します。(1700万円)

防犯灯管理事業

安全・安心なまちづくりを進めるため、防犯灯を設置する自治会などを対象に、防犯灯のLED化の推進を含め、設置に係る経費の一部を拡充して補助します。また、市が直接管理する防犯灯の老朽化を確認するため、防犯灯の基礎や躯体などの設置状況調査を行います。(1732万円)

② 安全・安心なまち
 (市民安全・消防)〈23事業〉
11億3,869万円

新規事業

▼備蓄管理システム導入事業
 災害時の備蓄品を適切かつ効率的に管理を行うため、数量や期限などの情報を一元的に把握できる体制を整備し、災害時の迅速な物資提供が可能とする災害用備蓄管理システムを導入します。(42万円)

防災啓発番組制作事業

平成18年豪雨から20年の節目となる令和8年度に、地域の防災力を一層向上させるため、防災啓発番組を作成し、放送を実施するとともに、出前講座や各種イベントなどにおいて活用します。(316万円)

祁答院生態系保存資料施設

(資料館アクアタイム)改修事業
 祁答院生態系保存資料施設(資料館アクアタイム)について、令和11年4月のリニューアルオープンを目指し、改修工事における設計業務を実施します。(1268万円)

③ 健やかに暮らせるまち
 (保健福祉)〈100事業〉
458億5,660万円

一部新規事業

▼母と子の健康診査事業
 妊産婦の経済的負担の軽減を図るため、既存の支援に加えて、遠方の分娩施設などへの交通費の支援を新たに実施します。(1億491万円)

新規事業

▼乳児等支援給付事業
 保育所などに通っていない0歳6カ月から満3歳未満の子どもが、保護者の就労要件を問わず時間単位(10時間/月上限)で保育所などを利用できる「子ども誰でも通園制度」の利用料を給付します。(871万円)

医療的ケア児保育支援事業

保育所などにおいて医療的ケア児の受け入れを可能とするため、看護師などを配置し、医療的ケア児に対する体制を整備した費用の一部を支援します。(1160万円)

手話言語等電話通訳事業

(電話リレーサービス)
 身体障害者手帳の交付を受けている聴覚や音声言語機能に障害がある人が、日本財団電話リレーサービス

④ 次世代につながる教育のまち
 (教育)〈39事業〉
22億7,520万円

新規事業

▼小学校給食費無償化事業
 小学校児童分の学校給食の食材費を支援し、学校給食費の抜本的な保護者の負担軽減(いわゆる給食費無償化)を実施します。(3億926万円)

中央図書館移動図書館購入事業

図書館サービスの充実と読書活動の推進を図るため、新たに移動図書館車を購入します。(3500万円)

拡充事業

▼幼稚園一時預かり事業
 市立幼稚園に在籍する満3歳以上の幼児で、教育時間の前後や長期休業日に加えて、これまで実施していなかった土曜日も一時的に預かり保育を実施します。(1199万円)

⑤ 活力と賑わいを生み出すまち
 (産業・シテイセルス)〈120事業〉
42億1,225万円

新規事業

▼川内港背後地整備調査事業
 川内港背後地におけるデータセンターや物流施設などの立地検討を踏まえ、スピーディな事業展開を行う企業に対応するため、地理的優位性や用地の拡張性を生かした背後地整備に向けた手続きなどを行います。(6219万円)

立地企業支援事業

従業員の満足度向上および定着・確保を図るため、既存企業のオフィス環境や社宅・社員寮整備に係る経費の一部を助成します。(1000万円)

一部新規・拡充事業

▼企業誘致事業
 雇用機会の創出・拡充および地域経済の活性化を図るため、企業誘致の推進や、市内企業の事業拡大を支援するため、新規助成事業の創設や既存助成事業の要件拡充を行います。(2206万円)

⑥ 社会を支える快適なまち
 (建設・水道)〈55事業〉
46億7,653万円

新規事業

▼屋内遊具整備事業
 近年の猛暑や降雨などにより外遊びが制限される状況に対応し、子どもたちが安全・安心に遊び、健やかに成長できる環境を整備するため、公共施設の一部に、安全面・衛生面に配慮した屋内遊具の設置や、民間施設が行う屋内遊具整備に係る経費の一部を助成します。(1800万円)

水辺×地域資源を核にした個性ある地域づくり事業

地域特有の資源を生かした個性ある地域づくりや交流の促進、観光の稼ぐ力の向上を図るため、入来麓地区において、河川空間の水辺と地区の伝統的な街並み、行事、文化などを融合させた取り組みを実施します。(1000万円)

拡充事業

▼屋外遊具整備事業
 子どもたちが安全・安心に遊べる環境を確保するため、多様なニーズに対応した、快適で利用しやすい遊具を公園に整備します。(2000万円)

● 一般会計の年度末市債残高の推移

(単位：億円)

区分	H17	H21	H26	R1	R2	R3	R4	R5	R6	R7	R8
残高	617.1	507.3	491.3	371.9	364.9	356.2	342.7	328.0	343.8	344.4	336.7

※H21(合併5年後)、H26(合併10年後)、R1(合併15年後)、R6(合併20年後)

● 全会計の年度末市債残高の推移

(単位：億円)

区分	H17	H21	H26	R1	R6	R8(当初予算ベース)
残高	845.4	734.2	661.0	503.5	470.0	474.4

● 年度末基金残高の推移

(単位：億円)

区分	H17	H21	H26	R1	R6	R8(当初予算ベース)
残高	115.6	123.9	206.5	150.6	159.6	129.7

※特定目的基金(一般会計分)を計上

● 一時借入金の状況

令和8年3月31日現在

会計名称	一時借入金残高	借入期間
一般会計	0円	—

※年度末は支払いが集中するため、一時的に借り入れるお金です。

● 特別会計 当初予算額および市債残高

特別会計名称	令和8年度当初予算額	市債(借入金)の現在高 (令和8年3月31日現在)
温泉給湯事業	4,581万4千円	—
天辰第一地区土地区画整理事業	8,316万4千円	1億3,881万3千円
天辰第二地区土地区画整理事業	6億3,716万6千円	11億5,730万4千円
入来温泉場地区土地区画整理事業	5,207万円	2億3,915万1千円
国民健康保険事業	104億4,004万2千円	—
国民健康保険直営診療施設助定	23億4,703万2千円	9億175万4千円
介護保険事業	112億1,689万6千円	—
後期高齢者医療事業	19億4,192万8千円	—
8特別会計の合計	267億6,411万2千円	24億3,702万2千円

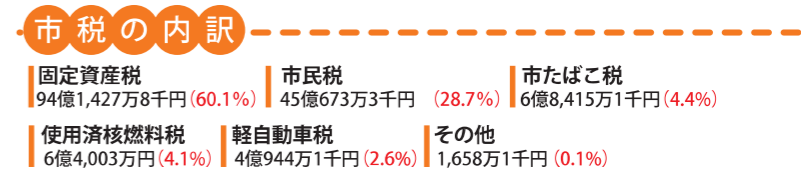
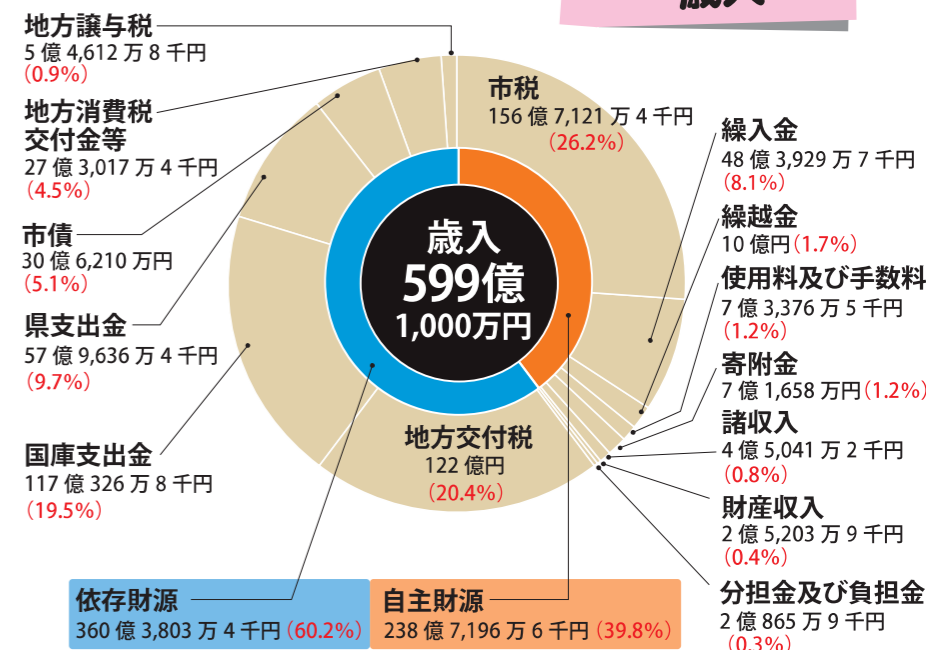
● 公営企業会計 当初予算額および企業債残高

公営企業会計名称		令和8年度当初予算額	企業債(借入金)の現在高 (令和8年3月31日現在)
水道事業	収益的収支	収入	43億3,606万9千円
		18億9,914万1千円	
	支出	18億5,684万7千円	
		資本的収支	
支出	11億1,319万5千円		
	簡易水道事業	収益的収支	7億7,822万4千円
収入			
支出		3億1,602万4千円	
		資本的収支	
支出	1億8,895万7千円		
	下水道事業	収益的収支	57億7,598万9千円
収入			
支出		10億1,758万8千円	
		資本的収支	
支出	14億1,707万4千円		

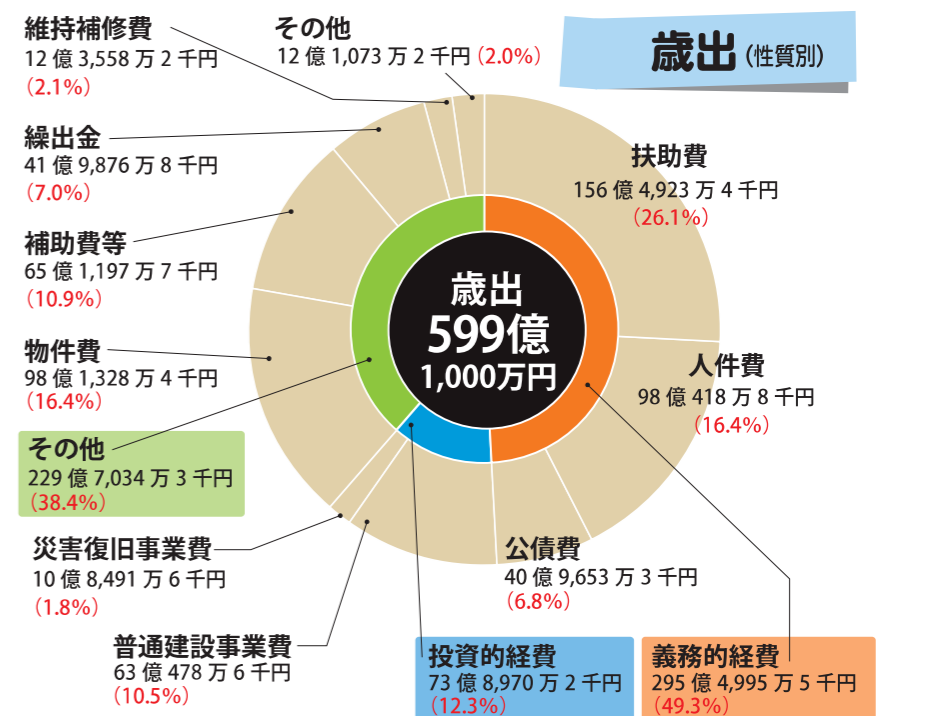
用語解説

- 自主財源：地方公共団体が自主的に収入できるお金
- 依存財源：国や県から定められた額が交付されたり、割り当てられたりするお金
- 国庫支出金：特定の事業に対して、国から交付されるお金
- 市債：公共事業などの財源として、国などから借りるお金
- 扶助費：生活保護法、児童福祉法、老人福祉法などに基づいた経費
- 義務的経費：支出が義務付けられ、任意に削減できない経費
- 投資的経費：支出の効果が資本形成に向けられ、道路建設や学校建設など将来に残るものに支出される経費
- 繰出金：一般会計と特別会計または特別会計相互間で支出される経費
- 民生費：児童、高齢者、障害者の福祉推進などの経費
- 総務費：総務管理、財産管理などの経費
- 衛生費：保健衛生や環境対策、ごみ処理対策などの経費
- 教育費：学校の管理運営や施設整備および生涯学習を推進するための経費
- 土木費：道路、公園、市営住宅の整備などの経費
- 公債費：これまでの施設整備などで借りたお金の返済のための経費
- 消防費：消防・救急活動などのための経費
- 商工費：商工業や観光振興のための経費
- 農林水産業費：農林漁業の振興のための経費
- 災害復旧費：災害被害の復旧に要する経費

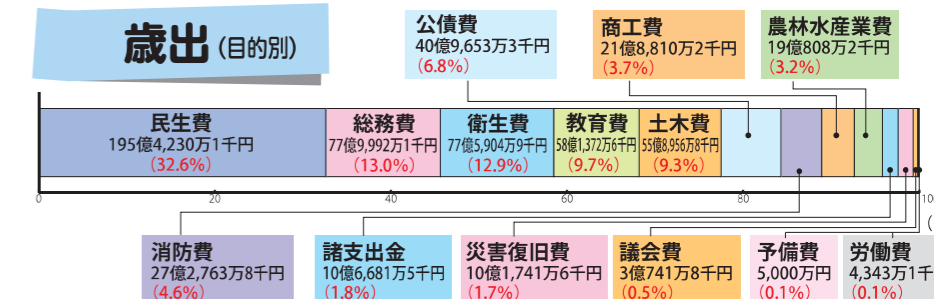
歳入



歳出(性質別)



歳出(目的別)



※端数調整により、数値が一致していない場合があります。

図書館へ



祁答院分館の司書が、大人から子どもまで楽しめる、幅広い作品を紹介します。

おすすめ本

<p>涙の箱 作/ハン・ガン 訳/きむ ふな</p>	<p>謎3分間劇場 赤川次郎</p>	<p>まるごとおいしい野菜帖 WISHI WASHI CHU</p>	<p>うまれてくるよ海のなか 写真/高久至 文/かんちくたかこ</p>	<p>イタチと野ネズミのはなし 文/山下雅洋 絵/しもかわらゆみ</p>
------------------------------------	------------------------	----------------------------------------	-----------------------------------------	------------------------------------------

ある村にひとりの子
どもが住んでいた。そ
の子は、みんなが予測
も理解もできないこと
で涙を流した。ある日、
涙を集めている男が
子どもを訪ねて来て。
ノーベル文学賞作家ハン
・ガンが描く、大人の
ための童話。

どれから読んで
もおもしろい、1作品約3
分で読める赤川次郎の
ショートショート集第
3弾。過去と現実の日
常が、あるいは、現在の
日常と未来が交差する
不思議な物語を27作品
収録。

日頃、野菜を食
べていますか。野菜をうま
く食事に取り入れら
れるように、さまざま
な野菜の旬や産地、保
存方法、簡単でおい
しい食べ方、栄養満点
のおかずレシピなど
を紹介。

大事な卵を守る、海
のお父さんとお母さ
ん。卵のそばでお世
話したり、見つからな
いように隠したり、赤
ちゃんが生まれてく
るまで頑張っています。
卵を守る海の生き物
たちの一生懸命な姿を
写真と共に紹介。

孤独だったイタチ
は、とびきりおいしい
スープを作る野ネズミ
に出会い心を開いてい
く。しかし、ある朝、野
ネズミがキツネに襲わ
れ一人ぼっちになっ
てしまう。出会いと別
れから、大切なもの、命
のつながりを描く一冊。

新着本

<p>のせごはんと かけごはん 著/長谷川あかり</p>	<p>小学生 取扱説明書 著/やまかな</p>	<p>殺し屋がレジに いる 著/榎田ユウリ</p>	<p>なぜなぜ 作・絵/安野光雅</p>	<p>おやつのおぼう さん 著/井出留美 絵/坂内拓</p>
--------------------------------------	---------------------------------	-----------------------------------	--------------------------	----------------------------------------

中央図書館休館のお知らせ

中央図書館では、蔵書の所在状況の点検・書架整理、館内設備の工事などのため「特別図書整理期間」として以下の通り休館します。休館中の図書の返却は、中央図書館玄関(正面左側)に設置している「夜間・休日返本受入口」または、各分館でご返却ください。なお、電子図書館は、休館期間も利用できます。

休館期間：6月11日(木)～25日(木)



電子図書館
ホームページ

問合せ

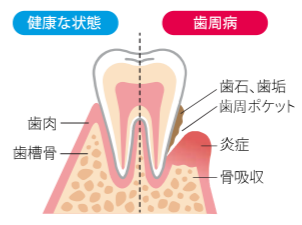
中央図書館	☎0996(22)3542
樋脇分館	☎0996(38)0009
入来分館	☎0996(44)5311
東郷分館	☎0996(42)0053
祁答院分館	☎0996(21)8755
里分館	☎09969(3)2958
上甕分館	☎09969(2)0031
下甕分館	☎09969(7)0311
鹿島分館	☎09969(4)2211

人生100年時代！健康増進講座

vol.8

歯は食事や会話を楽しむなど、健康で長生きするために欠かせないものです。

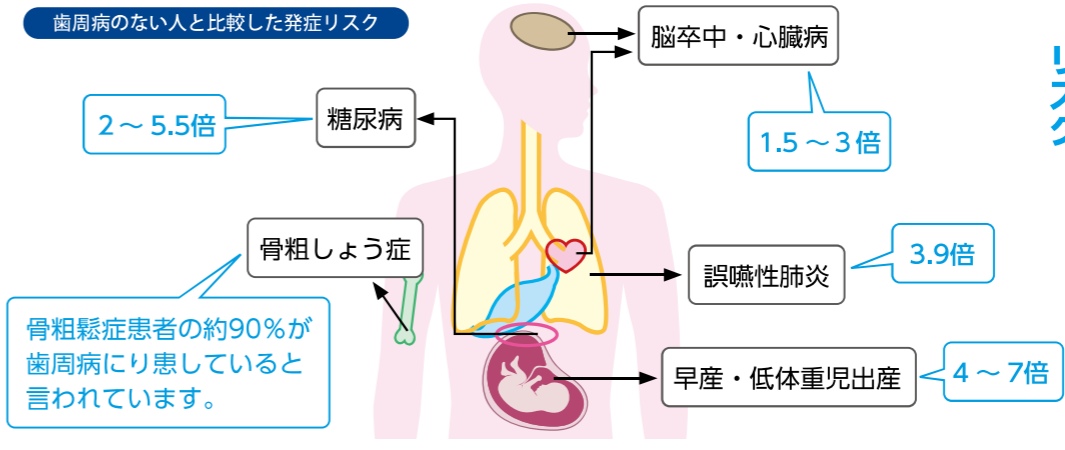
そんな大切な歯を失う原因の1位は歯周病です。歯周病は、歯と歯茎の隙間の「歯周ポケット」にいたる歯周病菌が原因で歯茎に炎症が起る病気で、そのまま放置すると歯を失うだけでなく、歯周病菌や炎症物質が全身を巡り、さまざまな病気を引き起こします。



歯周病は歯肉炎と歯周炎の総称

歯周病菌が歯ぐき(歯肉)にだけ炎症を引き起こしている状態を「歯肉炎」、さらに進行して、歯を支える骨(歯槽骨)にまで影響が及んだ状態を「歯周炎」といいます。この2つを総称して「歯周病」といいます。

歯周病が引き起こす発症リスク



自分でできるセルフケア

- ①歯ブラシは鉛筆を持つように軽く持ち、1カ所に20回を目安に軽い力で細かく動かします。
- ②歯と歯の隙間のケアには、歯間ブラシやデンタルフロスを上手に取り入れましょう。

<h3>歯の内側と歯肉の境目のあて方</h3> <p>歯ブラシを45度の角度で当てる。</p>	<h3>外側のあて方</h3> <p>歯ブラシを歯の面に対して90度に当て、小刻みに動かす。</p>
<h3>前歯の裏側</h3> <p>歯ブラシを縦に当て、縦方向に動かす。</p>	<h3>奥歯の噛み合わせ</h3> <p>噛み合わせ面のくぼみに毛先を水平に当てる。</p>

定期的に歯科検診を受診しましょう

「かかりつけ歯科医」を持つことで、歯や口の状態の経過を管理することができ、みがき残しや歯茎の状態など小さな変化に気付くことができます。自分では取り除けない歯周ポケット内の歯垢や歯石を除去して、適切な歯周病予防を心掛けましょう。

歯周病検診を無料で!

本市に居住する妊婦さんを対象とした妊婦歯科健康診査や年度内に20、30、40、50、60、70歳の節目を迎える方に歯周病検診を実施しています。ぜひ活用してお口の健康チェックをしましょう。



▲歯周病検診を受けましょう



▲妊婦歯科健康診査を受けましょう

問合せ先
市民健康課健康増進第1G
すこやかふれあいプラザ内
☎(22)8811