

浅麓Walker

小諸市・軽井沢町のイベント情報などをお知らせします。



KOMORO 小諸市

<http://www.city.komoro.nagano.jp/>



4月10日(火)～30日(月) 小諸城址 懐古園桜まつり

イベント情報

■草笛教室(参加費無料)

小諸草笛会会員による草笛の吹き方教室

●日時 毎週日曜

午後1時～3時

●場所 馬場 あずま屋

▼問い合わせ先 小林政利

☎0901314915433

■第68回上信越弓道大会

●日時 4月15日(日)

午前8時～午後4時

●場所 懐古射院

▼問い合わせ先 笹沢幹雄

☎2217179

■春の呈茶

国際ソロプチミスト小諸の皆さんによる抹茶サービス

●日時 4月21日(土)

午前11時～午後2時

※雨天時翌日へ順延。

●場所 紅葉ヶ丘広場

▼問い合わせ先 沼田美恵子

☎0801514514513

■さくらさくライブ

(震災復興応援ライブ&ファイヤーパフォーマンス)

●日時 4月22日(日)

午後4時～7時30分

●場所 馬場

※少雨決行。雨天の場合は24日(火)に順延。

●出演 坂本明央(唄、津軽三味線)、杉沼左千雄(尺八)、ゴロピカ(ファイヤーパフォーマンス)、坂口ユキコ、オギタカ&星山剛

▼問い合わせ先 荻原崇弘

☎0901728017675

■懐古神社例祭

約30台の屋台が出店します。

●日時 4月24日(火)～25日(水)

●場所 三の門前広場

■ライトアップ(期間中)

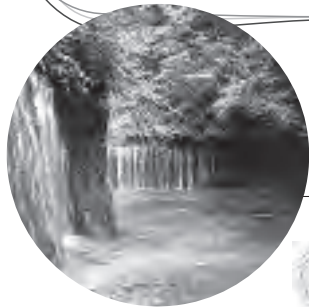
日没～午後11時

▼問い合わせ先 懐古園事務所

☎2210296

軽井沢町 KARUIZAWA

<http://www.town.karuizawa.nagano.jp/>



大賀典雄メモリアル

軽井沢大賀ホール2012春の音楽祭

Karuizawa Ohga Hall 7th Anniversary Festival

月日	開演	公演内容
4月28日(土)	17:00	モーツァルト「レクイエム」 金聖響指揮 シュナイト・バッハ合唱団/東京フィルハーモニー交響楽団
29日(日・祝)	16:00	諏訪内晶子ヴァイオリン・リサイタル
30日(月・休)	16:00	井上道義指揮 オーケストラ・アンサンブル金沢 ヴァイオリン: 神尾真由子
5月 3日(木・祝)	17:00	高関健指揮 東京フィルハーモニー交響楽団 ヴァイオリン: 前橋汀子
4日(金・祝)	17:00	沼尻竜典指揮 NHK交響楽団 ピアノ: 清水和音
5日(土・祝)	17:30	由紀さおりスペシャルコンサート「あしたへ」
6日(日)	13:30	ふれあいこんさーと vol.2 ~ Pray for All, Play for You ~
19日(土)	15:00	ブラザース・フォアコンサート

*都合により内容等に変更が生じる場合がございます。あらかじめご了承ください。

*未就学児の入場はご遠慮ください。(5月6日(日)の公演は除く)

*詳しくはホームページをご覧ください。 <http://www.ohgahall.or.jp/>

【チケット申し込み】 軽井沢大賀ホールチケットサービス ☎31-5555

【問い合わせ先】 軽井沢大賀ホール ☎42-0055



今月は、保健師の
佐藤美佐枝さんです。

●10カ月健診時に撮影した写真を2カ月に分けて紹介しています。



子どもの歯を虫歯から守る 3つの習慣をつけよう

個人差はありますが1歳6ヶ月ごろになると奥歯が生えてきて、3歳ごろには20本の乳歯がほぼ生えそろいます。食べ物を噛むための筋肉が発達して、大人が食べるのと同じように硬さや弾力のある物が食べられるようになり、食の幅が広がります。それだけに歯垢が残りやすく、虫歯になりやすい時期でもあります。「乳歯は生え変わるから」と思っている方もいますが、乳歯の虫歯予防が永久歯の歯並びをよくするので。

乳歯の役割



乳歯の虫歯を 放っておくと...

乳歯のむし歯が多い

↓
よくかめない

↓
あごが育たない

↓
永久歯の歯並びが
悪くなる

↓
よくみがけない

↓
むし歯が増える!

①歯みがきの習慣を

子ども自身にも虫歯予防の意識を持たせるため、自分で歯みがきをする習慣をつけ始めるとともに、小学2年生くらいまで保護者の仕上げみがきで、しっかりケアをしてあげましょう。

②正しい食生活を

栄養バランスの良い食事を、よく噛んで食べましょう。糖分の摂りすぎに注意して、ダラダラ食いは止めましょう。

③定期的に歯科健診を

かかりつけの歯科医を決めて、年に2回くらいは歯科健診を受けるようにしましょう。

(参考資料:親子で歯みがきシリーズ(社会保険出版社))

