

この記念バッグに素敵なネームプレートをつけてみませんか？詳しくはチラシをご覧ください。



お口の汚れ一グラム中に千億個の細菌が含まれています。糞便に含まれている細菌も一グラム中に千億個あります。私たちは常日頃から身体の入口から身体の出口まで、いかに莫大な数の細菌たちと暮らしているかが分かります。お口には悪玉菌の歯周病菌、虫歯菌、肺炎球菌、メチシリン耐性黄色ブドウ球菌、緑膿菌、β溶血性レンサ球菌、セラチア菌、カタル球菌などが住み着いており、その他には力ビの一種であるカンジダ菌、ヘルペスウイルスもいます。実は悪い菌ばかりではなく善玉菌も居ますが、少数派の為、悪玉菌をやっつけるなどの目立った活躍は出来ません。

◎悪玉菌が原因で起こる怖い病気

- 糖尿病
- 脳梗塞・心筋梗塞
- 細菌性心内膜炎
- 誤嚥性肺炎
- 低体重出産

などがあります。

「記念バッグにマークをつけよう」

図書館開館二十周年企画

新年イベント情報

村の図書館から



あしたむらんど下條

二月のおたのしみ会

「ひな祭りにお寿司づくり」

日時 二月二十一日(日)
午前十時三十分～

場所 あしたむらんど下條

■修学資金の利子と保証料を村が補助します■

下條村では、すでに村内居住の高等学校又は大学（これらと同等と認める学校を含む）に入学・在学される方の保護者で、日本政策金融公庫の教育ローンの融資を受けた場合と日本学生支援機構の奨学金における保証料に対し、保証料を村から交付する独自の制度を設けてまいりましたが、今回、金融機関からの修学資金を借り入れた場合の利子・保証料についても村から補助ができるように制度を追加いたしましたのでご案内いたします。

どんな方が利子・保証料の補助を受けることができるの？

①村の指定した金融機関から教育資金の貸付を受けたもの。
(JAみなみ信州下條支所・飯田信用金庫等)

②村税等の滞納が無いこと。

③村内に引き続き1年以上居住している者の子弟であること。

④平成28年1月以後に指定金融機関と貸付契約を取り交わしたものの。

※注意 すべての修学資金が対象にはなりません。毎月分割で利子と保証料の支払いをしている貸付資金が対象になります。

いくらぐらい補助されるの？

貸付限度額は、生徒等1人当たり300万円、一世帯では500万円。貸付額の利子分と保証料で最大3%まで補助します。

例えば300万円を借りた場合、1年間の利子と保証料で最大9万円までを村が補助します。

※詳しくは教育委員会及び各指定金融機関窓口までお問い合わせください。

十二月十八日(金)に、今年もまた匠の会のみなさんによって、みことな門松が村内各施設に飾られました。この、匠の会のみなさんの作る門松、大変好評で、今年はさらに注文が増えて昨年を上回る二十基もの門松を作るようになりました。

十一月に門松の土台を作る作業をし、そしてまた、二十基分の竹や松を切りだす作業、なかなか大変でした。「初春」と書かれた扇は、匠の会女性部のみなさんが作ってくれました。また、みことな注連縄も匠の会の方ならではのなせる技で、すばらしいものでした。

材料等を持ち寄って準備が整い、門松を飾り付ける作業の当日は、朝早くから十八名もの会員の皆さんが出てきてくださり、手際良く着々と門松を仕上げていきました。

匠の会のみなさん、いつも大変ありがとうございます。



指導 竹下則子さん
(松川町 管理栄養士)

材料費 五百円

お祝いや季節の行事に、簡単にできる飾り寿司を作ってみませんか？子どもも大人も、お気軽にご参加ください。詳しくは図書館までお問い合わせください。

下條村ふるさと匠の会 門松飾り作業

十二月十八日(金)に、今年もまた匠の会のみなさんによって、みことな門松が村内各施設に飾られました。この、匠の会のみなさんの作る門松、大変好評で、今年はさらに注文が増えて昨年を上回る二十基もの門松を作るようになりました。

十一月に門松の土台を作る作業をし、そしてまた、二十基分の竹や松を切りだす作業、なかなか大変でした。「初春」と書かれた扇は、匠の会女性部のみなさんが作ってくれました。また、みことな注連縄も匠の会の方ならではのなせる技で、すばらしいものでした。

材料等を持ち寄って準備が整い、門松を飾り付ける作業の当日は、朝早くから十八名もの会員の皆さんが出てきてくださり、手際良く着々と門松を仕上げていきました。

匠の会のみなさん、いつも大変ありがとうございます。

匠の会のみなさん、いつも大変ありがとうございます。

匠の会のみなさん、いつも大変ありがとうございます。

匠の会のみなさん、いつも大変ありがとうございます。

匠の会のみなさん、いつも大変ありがとうございます。

匠の会のみなさん、いつも大変ありがとうございます。

匠の会のみなさん、いつも大変ありがとうございます。



いきいきらんど情報



歯の健康について

◎歯の病気と全身の病気は深い関係がある

お口の中の汚れ一グラム中に千億個の細菌が含まれています。糞便に含まれている細菌も一グラム中に千億個あります。私たちは常日頃から身体の入口から身体の出口まで、いかに莫大な数の細菌たちと暮らしているかが分かります。お口には悪玉菌の歯周病菌、虫歯菌、肺炎球菌、メチシリン耐性黄色ブドウ球菌、緑膿菌、β溶血性レンサ球菌、セラチア菌、カタル球菌などが住み着いており、その他には力ビの一種であるカンジダ菌、ヘルペスウイルスもいます。実は悪い菌ばかりではなく善玉菌も居ますが、少数派の為、悪玉菌をやっつけるなどの目立った活躍は出来ません。

◎悪玉菌が原因で起こる怖い病気

- 糖尿病
- 脳梗塞・心筋梗塞
- 細菌性心内膜炎
- 誤嚥性肺炎
- 低体重出産

などがあります。



◎予防と治療は？

予防、治療は歯科医院に定期的に通院して、専門的な手入れを受けることが一番大切です。自宅では歯ブラシの他に糸楊枝、舌磨き、歯間ブラシなどを効果的に使って清掃して下さい。またデンタルリンスなどのうがい薬を使えば、インフルエンザ予防も兼ねることが出来ます。

最近では、お口の中の善玉菌と悪玉菌のバランスを良くして、悪玉菌だけ増やさないようにする「口内プロバイオティクス」が注目されています。プロバイオティクスとはもと腸内細菌のバランスを良くするために、ヨーグルトを食べたり、乳酸菌飲料を飲んだりする方法のことですが、「口内プロバイオティクス」では乳酸菌WB21、乳酸菌ラクトミン、乳酸菌LS1、などの生きた乳酸菌を含んだ歯磨きチューブやトリートメントを使って腸内細菌ならぬ口腔内細菌のバランスを良くするという方法です。

◎不明な点は、かかりつけの歯科医院の先生方にご相談ください。

◎いつまでも健康な歯を保ちましょう。

給食について

下條保育所給食では地産地消を心掛けています。

保育園児が毎日食べる給食づくりでは、下條村の農家の方が一生懸命育てた作物を利用して頂いています。

冬の今の時期、野菜は白菜・大根・長ねぎなど。果物は洋梨・りんご、これから干柿や春になるとイチゴも登場します。夏の時期にはきゅうりやトマト、ささげやな

すなどもあります。また一年間を通しては米・うまいもの館の味噌を利用して頂いています。

作った人の顔が見え、安全で安心、新鮮でおいしく、さらには安価に。たくさんのお恩恵を受けて、子ども達は健やかに育つことができています。これからも地産地消を続け、心豊かな給食づくりを進めていきます。



1回目のセミナーは平成27年11月22日(日)に実施しました。羽林先生の楽しく力強いトークと、実践的なアドバイスは、参加した皆様からは大変好評でした。

婚活セミナーvol.2のご案内

村では、独身の方を対象とした婚活セミナーを実施しております。

今年度2回目のセミナーは、1回目引き続き、心理カウンセラーであり、講演会やテレビ出演等でご活躍中の羽林由鶴先生をお招きします。

日時 平成28年2月27日(土) 13:30～

会場 下條村民センター2F 大会議室

講師 羽林 由鶴先生

定員 30名

その他 ・村外の方でもお申込みいただけます。

ご友人などとお誘いあわせのうえ、ぜひご参加ください。たくさんの皆様のご参加を心よりお待ちしております。

お申込・お問合せ先

下條村役場福祉課
(電話:27-1231 またはEメール:konkatsu@vill-shimojo.jp)