

読者の皆さんから届いたお便りなどを紹介します

かかりつけ歯科医をもちましょう♡



子どものうちから定期的な検診を受けましょう

口の中の健康と体の健康は、深く関係しています。生涯を通じて歯と口の健康を維持することは、健康寿命の延伸にもつながります。

令和3年度に行われた市の乳幼児健診での虫歯保有率は、1歳6カ月児健診で0.8%、3歳児健診で10.4%です。幼児期から年齢が上がるにつれて歯の本数も増え、虫歯の保有率も上がります。

かかりつけ歯科医をもつと、乳幼児期からライフステージに応じて、フッ素塗布やブラッシング指導などの専門的なアドバイスがもらえます。また、虫歯を早期に発見でき、初期の段階で適切な治療を受けられます。ぜひ、かかりつけ歯科医をもち、定期的な検診を受けることにより、歯と口の健康を保ちましょう。

問い合わせ こども課母子保健係 (☎ 0866-92-8261)



チュッピー子育てほっとメール

kosodate@city.soja.okayama.jp

子育ての相談をしたくても時間がとれない人、窓口で相談しにくい人の悩みに、チュッピーと市職員・保健師が答えます。



問い合わせ こども課子育て支援係 (☎ 0866-92-8268)

学校給食 おすすめレシピ



●材料(4人分)

- 豚肉スライス、豆腐…各 100g ●コンニャク…40g
- 干し椎茸…4g ●ゴボウ…30g ●ニンジン…20g
- ダイコン…60g ●ネギ…20g

■調味料 酒=大さじ1、だし汁= 600ml、みそ= 30g

●作り方

- ① 豆腐は水気を切っておく。コンニャクは拍子木切りにして下ゆでする。干し椎茸は水で戻して千切りにする。ゴボウはささがきにしてあく抜きをする。ニンジン、ダイコンはいちょう切り、ネギは小口切りにする。
- ② 鍋で豚肉を酒炒りにし、豆腐を崩しながら入れて、さらに炒める。
- ③ ②にだし汁とコンニャク、干し椎茸、ゴボウ、ニンジン、ダイコンを入れて、野菜に火が通るまで煮る。
- ④ ネギを入れてひと煮立ちしたら火を止め、みそを溶く。

●その他の献立 ごはん、牛乳、イワシの梅の香揚げ、たくあんあえ

子育て王国そじゃ



剣や扇子で舞う「猿田彦の舞」

私たち備中神楽総社社は、平成31年4月に発足しました。同時に、市民提案型事業に採択され、補助金で衣装道具を整備。7月の初舞台を皮切りに、多くのステージ依頼をいただき、全てが夢のようにトントン拍子に進んでいきました。

ところが、発足から1年足らずでコロナ禍の影響を受け、大きなイベントはほとんど中止。練習会場も、使用禁止になりました。先が見えない中、子どもたちは自宅でYouTubeなどの動画を観て、自分たちなりの稽古をしていました。逆境にも負けない彼らは、きつと備中神楽の伝統を守つていってくださるでしょう。

2023年7月、吉備路マラソンフォトコンテストで最優秀賞をいただきました。納得できる写真が撮れるように、日頃から大会を意識して撮影の練習をしたり、どのような写真を撮るかカメラを構えてイメージしたりしました。また、前日には実際に走るコースを巡り、準備を重ねました。

過去にも何度か応募しましたが、今回初めてこのような大きな賞をいただき、受賞の通知を受けたときは家族と一緒に大喜びしました。今後も楽しく写真を撮り、フォトコンテストに参加したいと思います。

(小坂田正芳さん・泉)

今年度も市民提案型事業に採択され、より一層力を入れて取り組んでいます。これからも彼らの応援をよろしく願います。

(備中神楽総社中
こども神楽育成会)



小坂田さんが撮影した『疾走』。ランナーと五重塔が1枚に収められた

そじゃ特産商品シリーズが当たる

広報クイズ

今月の『広報そじゃ』を読んで、次の文の●に入る言葉を教えてください。



Q そじゃ地食べ公社で栽培している甘みの強いトウモロコシ「●●●●●●●●」の販売が、いよいよ始まります。

【応募方法】 はがきかメールに答えと住所、氏名、電話番号、市政や広報紙に対するご意見やご要望を明記のうえ、編集室へ。メールの場合は件名に「広報クイズ回答」と記載してください。正解者の中から2人に「そじゃ小学校ライスカレー」2個、「そじゃ赤米がゆ」1個をセットで贈ります。いただいた意見などに対して、担当課から連絡することがあります。

【応募期限】 6月30日(金)
【4月号の答え】 6681
【4月号の当選者】 難波初枝さん(総社一丁目)、河村春奈さん(総社)

[応募総数 13件]

【応募先】 〒719-1192 中央一丁目1番1号 総社市役所市政情報課 ☑ shisei@city.soja.okayama.jp

人口・世帯数(令和5年4月30日現在)

人口 69,527人(前月比+99人)
(うち外国人住民1,596人 前月比+39人)
男 33,817人(前月比+32人)
女 35,710人(前月比+67人)
世帯数 29,400世帯(前月比+115世帯)

市民憲章

わたくしたちは、美しい自然と豊かな吉備文化にはぐくまれている総社市民です。

このことに誇りと責任をもち明るく豊かなまちをつくることにつとめます。

- 1 郷土を大切に 美しい環境をまもりましょう。
- 1 生涯学び 明るく家庭を ぎぎましましょう。
- 1 たがいに助け合い あたたかいまちをつくりましょう。

市の花・木・鳥

◎市の花/れんげ ◎市の木/もみじ ◎市の鳥/タンチョウ