



お家の中でも楽しくあそぼ!

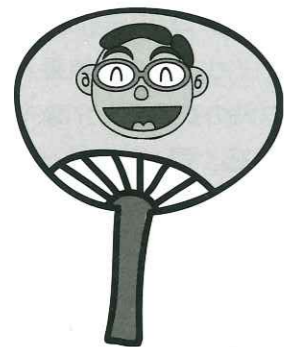
冬の寒さは、体をきゅっと縮めるだけでなく、行動範囲も狭くしますね…。
家の中に閉じこもってばかりの育児、孫守りは大変です。雨や風、雪で外に出にくいこの季節、家の中でのあそびのひとつを紹介します。

♪わらべうたで遊びましょう!

『いっほんばし こちよこちよ たたいて つねって
かいだんのほって いいですか? (腕の真ん中までのほる)
もひとつのほって いいですか? (肩までのほる)
こちよこちよして いいですか? こちよこちよこちよ…』



『なべなべ そこぬけ
そこがぬけたら かえりましょ』



うちわを使って「いない いない ばあ!」

紙に「いない いない」している顔と、「ばあ」をしている顔を描いて、
うちわの表と裏に貼りましょう。
乳幼児の視力は、まだまだ発達の途中です。近くでゆっくりとわかる
スピードで見せてあげましょう。

★バッグを持って お買い物ごっこ

歩けるお友達は、紙袋などバッグを持ってお買い物ごっこも楽しいでしょう。ミカンやリンゴ、絵本やぬいぐるみ、おもちゃなど、家の中を探検しているいろいろなお買い物!
「お買い物、行ってらっしゃーい!」
「お帰り、何買ってきたの」
「ミカンひとつ、絵本1冊…」
など出したり入れたり大忙しです。
触られると困るものは、しっかり片付けておかないとね!



それでも家の中があきてきたら…、近くの子育て支援センターへも
寄ってみてくださいね。

●問い合わせ
子育て支援センター
わかば保育園 TEL0770-62-1420
三方保健センター内 TEL0770-45-1563

上中病院

からのお知らせ

入れ歯が合わなくて
食べ物がうまく噛めない



入れ歯が外れて
しゃべりにくい、
異物感を感じる

でも、両隣の健康な歯を削るのは…

こういった歯や入れ歯でお悩みの方に

インプラント治療が有効です!!

インプラントとは、一言で言えば人工歯根です。
人工の根を骨の中に植えて生着するのを待ち、その上に歯(かぶせ)を装着
するという治療法です。よく、差し歯のことをインプラントと間違われる方
がいらっしゃいますが、差し歯は天然の根が残っている場合にその根に歯
を継ぎ足す方法です。
しかし、その根自体が抜けてしまった場合には、差し歯ができません。それ
でまず骨の中に人工の根を植えて生着するのを待ち、その根に差し歯と同
様の方法で歯をかぶせる方法がインプラント治療です。

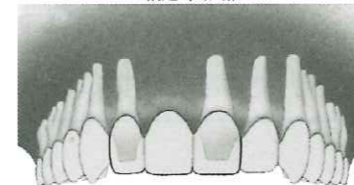
インプラント治療
はじめました



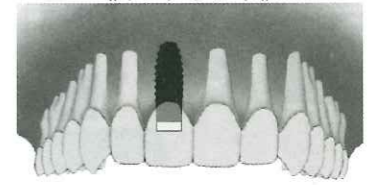
インプラント治療例

◆歯を1本失った場合

《従来法》

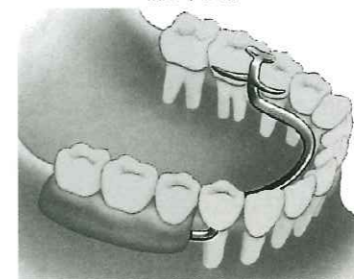


《インプラント》

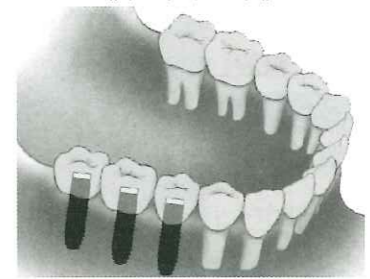


◆歯をたくさん失った場合

《従来法》



《インプラント》



インプラント治療は、入れ歯やブリッジに比べより自分の歯のように
噛めます。また、入れ歯のように取り外しする必要はありません。
インプラント治療は自費治療になりますので、詳しくは上中病院歯科
にご相談ください。

●問い合わせ
上中病院歯科
TEL0770-62-1447

上中地域の GATV (同軸) ケーブルの撤去工事が 始まります!

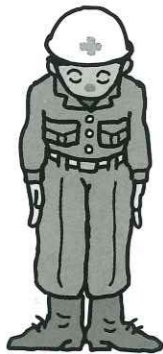
～今まで使用していた加入者宅までの
同軸ケーブルを取り外します～

上中地域のCATV施設更新工事に伴い、各集落内の電柱間や加入者宅まで新しい光ファイバーケーブルが張り巡らされ、10月からの引込工事や切替工事も皆様のご協力のもとほぼ完了することができました。

更新工事期間中、光ファイバーケーブルと同軸ケーブルの2本あった引込ケーブルのうち、切替で不要となった同軸ケーブルの取り外し作業に取り掛かります。(一部の集落は既に着手しています。)

撤去工事の範囲は、先月号でお知らせいたしましたとおり、各加入者宅に取り付けてあります保安器までが対象範囲となります。(保安器より屋内側で不要になった機器やケーブル類は所有者において処分をお願いします。)

そのため、集落内で再び高所作業車を使用した作業が始まります。通行制限などでご迷惑をおかけしますが、ご理解とご協力をお願いします。



おねがい

もし、まだ切替工事がお済みでない加入者がいらっしゃいましたら、お早めに若狭町役場企画環境課までお問い合わせ下さい。撤去作業が始まりますとテレビをはじめとする有線放送や有線電話を利用することができなくなります。

外灯などがついている自営柱の例



◆撤去工事の概要

撤去工事は加入者宅に取り付けてある保安器と保安器までの同軸ケーブルを撤去しますが、集落内の電柱間に敷設してある同軸ケーブルのほかに、不要となった自営柱(若狭町が所有する電柱で主に8m程度の鋼管またはコンクリート柱)も併せて抜き取っていきます。

◆撤去工事の時期

撤去工事は一部の集落を除き、3月中旬までを予定に集落単位で取り外しにかかります。

守ろう! ごみの出し方

最近、ごみの出し方の悪い方が見受けられます。ごみ袋の口は必ず2か所結び、ごみの重量は規定量以下になるように心がけてください。
また、ごみ袋には必ず**集落名と氏名を記入**してください。

👉 ごみ袋の口は2か所結ぶ

ごみステーション内やごみ運搬時のごみ散乱、落下防止のために、必ずごみ袋の口は2か所結ぶようにしてください。

× 悪い出し方 ×



1か所のみ結ぶ↓

↑ひも、ガムテープで縛る



◎正しい出し方◎



2か所
しっかり結ぶ

👉 ごみ袋は容量を守る

ごみ袋の破損防止のため、一つのごみ袋に対して規定重量以下になるようにしてください。(ごみの量は袋の8割程度の量にしてください)

× 悪い出し方 ×



規定量以上入れる↓

↑満杯に入れる



◎正しい出し方◎



規定量以内
(袋の8割程度)

規定量
三方地域... 10kg
上中地域... 8kg

【ごみの持ち込みについて】

エコクル美方やクリーンセンターかみなかなどへごみを直接持ち込む時は、荷造りをしっかりと、道路などにごみを落とさないようにしてください。

母子保健 (予防接種と各種教室は、どちらの会場でも受けられますのでご相談ください。)

実施日	項目	受付時間	ところ
20日(水)	1歳6か月児健診	13:00~13:30	パレア若狭
22日(金)	2か月児スイートマザー教室	9:45~10:00	
27日(水)	4か月児健診・離乳食教室	13:00~13:15	三方保健センター
5日(火)	離乳食教室(後期・完了期)	9:30~9:40	
15日(金)	1歳6か月児健診	13:00~13:30	
21日(木)	4か月児健診・離乳食教室	13:00~13:15	
26日(火)	7か月児育児教室	9:30	

●問い合わせ 福祉健康課 (TEL 0770-62-2721)

健康診査・健康づくり

実施日	項目	受付時間	ところ
8日(金)	断酒グループ活動日	19:00~20:00	パレア若狭
12日(火)	こころの相談室	13:30~15:30	三方保健センター
18日(月)	バランスボール教室(※)	13:30~15:30	JAわかさ三宅基幹支店
22日(金)	心の相談日	13:30~15:30	パレア若狭
25日(月)	バランスボール教室(※)	13:30~15:30	JAわかさ三宅基幹支店
26日(火)	こころの相談室	13:30~15:30	三方保健センター

※バランスボールサークル「にこやか会」の活動日です。 ●問い合わせ 福祉健康課 (TEL 0770-62-2721)

介護予防

実施日	項目	受付時間	ところ
14日(木)	男の料理教室	9:30~13:00	徳成寺(小原)
26日(火)	元気バランスボール教室	9:30~11:00	三方公民館

●問い合わせ 福祉健康課 地域包括支援センター (TEL 0770-62-2703)

インフルエンザが流行しています!!

インフルエンザの患者の発生が多く報告されています。予防対策をとってインフルエンザが広がらないように心がけましょう。

①手洗いうがいをしましょう。

特に帰宅した際のうがいと石けんを使った手洗いに心がけましょう。



②人ごみは避けましょう

人ごみでは感染の機会が多くなりますので、インフルエンザウイルスを避けるためにはできるだけ人ごみを避けてください。

③適切な湿度を保ちましょう

空気が乾燥するとのどの粘膜も乾きやすくなり、ウイルスを防ぐ力が落ちますので、適切な湿度を保ってください。マスクをつけることも効果があります。

●問い合わせ 福祉健康課 TEL0770-62-2721



子育て支援センター

わかば保育園 (TEL 0770-62-1420)
三方保健センター (TEL 0770-45-1563)

◇わかば保育園

いきいき広場
9:00~11:00
・5日(火)
・12日(火)
・19日(火)
・26日(火)

◇パレア若狭キッズルーム

・7日(木)10:00~12:00
赤ちゃん広場、育児相談
・13日(水)10:00~11:00
親子体操
講師:清水千賀子さん
ペットボトルを使って親子で体操します。
持ち物:空の500mlペットボトル容器2本
・21日(木)10:00~12:00
すこやかサロン
「絵本の国からこんにちは」

◇三方保健センター

・6日(水)9:30~12:00
すくすく学級、育児相談

◇三方児童館

・20日(水)9:30~12:00
すくすく学級、育児相談



※12日(火)と26日(火)のいきいき広場は、町内すべての保育園・保育所で遊べます。
※育児相談は子育てマイスターも相談に応じます。



行事・相談

1 金
2 土
3 日 立志式(9:30~) パレア若狭)
4 月
5 火 心配ごと相談(9:00~12:00 泉)
6 水
7 木
8 金
9 土
10 日
11 月 若狭町少年剣道大会(10:20~) 三方体育館)
12 火 心配ごと相談(9:00~12:00) パレア若狭) 結婚相談(9:00~12:00) パレア若狭) 人権相談(9:00~12:00 泉) 行政相談(9:00~12:00) 三宅公民館)
13 水
14 木
15 金
16 土
17 日
18 月
19 火 心配ごと相談(9:00~12:00 泉) 行政相談(9:00~12:00 泉)
20 水
21 木 消費者相談(9:00~17:00) 役場三方庁舎住民課)
22 金
23 土
24 日
25 月
26 火 心配ごと相談(9:00~12:00) パレア若狭)
27 水
28 木
29 金

若狭町の情報が満載! 若狭町ホームページ

<http://www.town.fukui-wakasa.lg.jp>

行政の各種手続方法や取り組みを掲載しています。町へのご意見などもホームページから行うことができます。

あかちゃんとおめでた

(12月1日~31日届出)



☆赤ちゃん ~Happy Birth~

おなまえ	性別	保護者	集落
下島虹七ちゃん	女	務さん	(サメコボラス瓜)
岡本拓真ちゃん	男	元宏さん	(下吉田)
島津瑞希ちゃん	男	一義さん	(小原)
森下純ちゃん	女	太さん	(大鳥羽)
井関彩乃ちゃん	女	雅喜さん	(安賀里)
吉田絢音ちゃん	女	卓生さん	(東黒田)
田村詩ちゃん	女	直也さん	(サメコボラス瓜)
秋月昊明ちゃん	男	靖之さん	(南)
川崎貴登ちゃん	男	弘貴さん	(三生野)
西村美祐ちゃん	女	学さん	(小川)

☆結婚 ~Happy Wedding~

◇辻田高明さん&吉木雅子さん	(気山)
◇今井卓也さん&上田さなえさん	(佐古)
◇浅田将之さん&藤田あゆみさん	(上瀬)
◇竹村嘉信さん&大久保有紀さん	(杉山)
◇山本進さん&佐々木智子さん	(兼田)

ありがとう (1月1日現在)

☆福祉基金に ~Charity~

(社会福祉協議会へ)

◇久保社中様	10,000円
◇石田千代江様	50,000円
◇瓜生公民館長杯ゴルフ大会参加者一同様	10,000円
◇野村平和様	200,000円
◇三方地区明るい社会づくり推進協議会様	100,000円
◇匿名	100,000円
◇匿名	10,000円
◇山田儀一様	100,000円
◇田辺喜好様	200,000円
◇千田増之様	200,000円

☆若狭町に ~Charity~

◇大上茂様(交通安全に)	60,000円
◇清水三郎様	100,000円

人の動き (1月1日現在)

人口	16,945人 (前月-5)
	(男8,168人 女8,777人)
世帯数	4,916世帯 (前月-3)

先着 150 名様

小浜線 得情報

電車に乗って 芦原温泉へ食事に行こう!!

◆旅行日

2月2日(土)、3日(日)、9日(土)、16日(土)、17日(日)

◆最少催行人数

各日程とも10名以上

◆昼食場所

芦原温泉「グランディア芳泉」

◆旅行代金

お一人様(電車賃、送迎バス、昼食代(飲み物1本付き)、入浴、保険代金を含む)

普通電車……おとな6,500円 子ども4,300円

往復特急指定席……おとな9,900円 子ども6,000円

※旅行代金の一部は町が助成しています。

◆その他

- ・添乗員は同行しません。
- ・特急列車をご希望の方で指定席が満席の場合
お取り扱いができない場合があります。

地域のグループや
職場の親睦に
ぜひ、ご利用ください!!



◆旅行日程表

普通電車	【往路】	上中駅	→	各駅	→	三方駅	→	各駅	→	敦賀駅	→	芦原温泉駅	～	グランディア芳泉	
		8:34				8:59				9:29		9:53		11:06	
普通電車	【復路】	芦原温泉駅	→	福井駅	→	敦賀駅	→	各駅	→	三方駅	→	各駅	→	上中駅	
		15:14		15:31		15:45		16:37		16:52		17:20		17:41	

特急電車	【往路】	上中駅	→	各駅	→	三方駅	→	敦賀駅	→	芦原温泉駅	～	グランディア芳泉	
		8:34				8:59		9:29		9:39 (雷鳥5号)		10:26	
特急電車	【復路】	芦原温泉駅	→	→	敦賀駅	→	各駅	→	三方駅	→	各駅	→	上中駅
		15:03 (しらさぎ10号)			15:46		15:51		16:21				16:40

●申し込み・問い合わせ 三方駅 TEL0770-45-0031 上中駅 TEL0770-62-0013

定期券を買ってお風呂に行こう!!

期間中小浜線の定期券をご購入いただいた方に温浴施設の共通利用券を
プレゼントします。

◆期間

2月29日(金)まで ※共通利用券がなくなり次第終了させていただきます。

◆定期券

三方駅、上中駅でご購入ください。定期券は利用区間を示す駅のうち少なくとも1つは
西敦賀～青郷駅であることが必要です。

1か月定期:共通利用券1枚 3か月定期:共通利用券2枚 6か月定期:共通利用券3枚

◆利用できる温浴施設

敦賀きらめき温泉 **リラ・ポート** みかた温泉 **きららの湯** 御食国若狭おばま **濱の湯**
あみーしゃん大飯 **湯ったり温泉** 道の駅シーサイド高浜 **湯っぷる**

共通券利用期限:3月16日(日)まで

●問い合わせ 嶺南地域鉄道事業化検討協議会(福井県総合交通課内) TEL0776-20-0292