





# お茶づくりにチャレンジ

## 手揉み技術を学ぶ

### ふるさとの伝統産業を体験

普賢寺小学校と幼稚園の子どもたち24人が7月8日に京田辺市玉露製茶技術研修工場にて話を聞いて体験しました。子どもたちは「お茶の作りかたがわかった」と感動し、お茶の作りかたを体験しました。お茶の作りかたは、お茶の葉を摘み、蒸し、揉むという工程があります。子どもたちは、お茶の葉を摘み、蒸し、揉むという工程を体験しました。お茶の作りかたは、お茶の葉を摘み、蒸し、揉むという工程があります。子どもたちは、お茶の葉を摘み、蒸し、揉むという工程を体験しました。



山下さんの指導を受けながら手揉みを体験（京田辺市玉露製茶技術研修工場）



子どもたち 慣れない手つきでお茶を摘み取る

普賢寺小学校と幼稚園の子どもたち24人が7月8日に京田辺市玉露製茶技術研修工場にて話を聞いて体験しました。子どもたちは「お茶の作りかたがわかった」と感動し、お茶の作りかたを体験しました。お茶の作りかたは、お茶の葉を摘み、蒸し、揉むという工程があります。子どもたちは、お茶の葉を摘み、蒸し、揉むという工程を体験しました。



指揮者の号令のもと小型ポンプ操作を披露する消防団員（新小学校）

### 松井ヶ丘消防団が初優勝

#### 市消防操法大会で技術を競う

消防技術の向上と消防団員の士気向上を目指した、市消防団操法大会が7月1日に新小学校で開かれました。各分団から選ばれた9チーム（1チームは4人）が出場。炎天下のなか、汗だくになりながら訓練成果を競いました。

臨時休所のお知らせ  
田辺公園プールは、受水槽工事のため臨時休所します。  
休所期間 7月23日（月）～25日（水）  
7月26日（木）からは平常どおり利用できます。  
問合せ先 田辺公園プール（☎65・3113）



昨年の市民文化祭で発表する松井ヶ丘小学校児童たち（田辺中央体育館）

### 出演者など募集します

11月3・4日 文化祭で発表しよう  
京田辺市民まつり2000での作品の展示者や舞台発表の出演者、模擬店の出店実行委員会は、市民文化祭者を募集します。

開催日 11月3日（文化の日）と4日（日）  
申込方法 展示・出演・出店を希望する人で、区・自治会内のサークルや子ども会などに所属している人、各区・自治会の文化協会の支部長に申し出てください。それ以外の人は、市民文化祭実行委員会事務局に備え付けの申込用紙に必要事項を書いて申し込んでください。  
しめきり 8月21日（火）  
応募・問合せ先 第36回京田辺市民文化祭実行委員会事務局（〒610・0039 京田辺市田辺80、社会教育課内 ☎64・1393）

くささい  
しめきり 8月21日（火）  
応募・問合せ先 第36回京田辺市民文化祭実行委員会事務局（〒610・0039 京田辺市田辺80、社会教育課内 ☎64・1393）

## 歯の健康シリーズ9

### 歯周病の予防はプラークコントロールで

シリーズ9回目となる今月は「歯周病の治療」についてです。病気の治療の原則は、その病気の原因を取り除くことです。原因が特定できる場合は、原因を取り除けば病気が治ります。歯周病も感染症の一種なのですが、原因菌を特定するのがむずかしい、数種類の菌がいることがわかっていません。歯周病は、もともと口の中に住んでいる細菌が、量的あるいは質的に変化したり、体の抵抗力が低下した時に発病するというのが一般的な感染症と違うところです。

歯周病の大きな原因であるプラーク（歯垢）をできるだけ少量にしておく、あるいは歯周病が起きない程度に押さえておくことが大切です。一般的にはこれを「プラークコントロール」といい、歯ブラシ・歯間ブラシあるいは糸のようなどを使って、歯肉の上のプラークを取り除きます。歯肉が正常で歯周病のない人がいていいにプラークコントロールを行えば、歯周病は生涯を通じて予防できることとなります。しかし、成人期の約80%の人が歯周病にかかっているのが現状です。歯と歯肉の間には「ポケット」といい、正常な人の場合約1・5mmですが、歯周病になると深くなってしまいます。これが深くなると、ポケットの中にプラークが増えてしまふと、歯ブラシだけでは歯を磨いてもポケットの底にたまったプラークを取り除くことができません。

このためプラークや歯石は、スケーラーという器具で取り除きます。重症のケースでは歯周外科手術が必要になることもあります。この手術は目で見てプラーク、歯石や病気の部分を取り除いて治すわけですが、歯周病の大きな原因であるプラークは一時的になくなるだけで永久的になくなるわけではないのです。手術後のプラークコントロールの良否が、歯周外科手術の結果を左右するといっても良いでしょう。

また、かみ合わせが歯周病の原因となることもあります。生活習慣病である歯周病を予防するためには、食習慣や生活習慣を改める必要があります。歯科医・歯科衛生士・患者さんのそれぞれの役割がとても重要になってきます。

歯周病の特徴を知り、コントロールの方法を家庭で実行し、定期的にかかりつけ歯科医のところへ歯や口の健康状態をチェックしてもらうことが大切ではないでしょうか。

### 普賢寺ふれあい市

#### 新鮮野菜や加工品を安く販売

普賢寺地区の農家25戸で運営している普賢寺ふれあい市が、田辺ニックホビーショップで朝市を開くことになりました。7月21日（土）午前9時からオープンします。今後「ふれあい市」を、また、毎月第3土曜日の午前9時から開催します。

田辺ふれあい市にも出店します。

普賢寺ふれあい市は、農家が栽培した野菜や生花・加工品などを市価より3割引きで販売。自家用の野菜だけに見栄えはもう一つですが、低農薬で栽培された新鮮な野菜が数多く並んでおり好評です。

問合せ先 産業振興課（☎64・1360）